



Ines Klose Caterings - Bistro in den Aktiv Sportparks
Hamburgerstr. 6, 41540 Dormagen, 0173 296 98 72 - iklose@web.de

Mittagessen

Mensa Sekundarschule, Hermann-Gemeiner-Schule, Bettina-von-Armin-Gymn.

- 26.09.16 Mo 2) Pasta mit Tomaten-Thunfischsauce, Salat
Nachtisch**
- 27.09.16 Di Frikadellen, Kartoffeln, 1)Lauchgemüse
Nachtisch**
- 28.09.16 Mi Vollkornreis, Hähnchengyros, 1)Tzaziki, Rohkost
Nachtisch**
- 29.09.16 Do Gemüsesuppe mit 2)Vollkornbrot
Nachtisch**
- 30.09.16 Fr Chili con Carne mit Vollkornreis
Nachtisch**

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

**Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet.
Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt Gewürze
in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup
ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder
selbst gemachte Kräutersalze.**



Ines Klose Caterings - Bistro in den Aktiv Sportparks
Hamburgerstr. 6, 41540 Dormagen, 0173 296 98 72 - iklose@web.de

Mittagessen

Mensa Sekundarschule, Hermann-Gemeiner-Schule, Bettina-von-Armin-Gymn.

03.10.16 Mo Feiertag

**04.10.16 Di Kartoffeln/Kräuterreis mit 1)Kräuterquark & Salat, Putenschnitzel
Nachtisch**

**05.10.16 Mi 2) Pasta mit 1)Gemüsesahnesauce, Rohkost
Nachtisch**

**06.10.16 Do 1)Kartoffelsuppe/Gemüsenudeleintopf mit Geflügelwürstchen und 2)
Vollkornbrot
Nachtisch**

**07.10.16 Fr Hähnchenschnitzel mit Tomatengemüse & Vollkornreis
Nachtisch**

1) mit Milcheiweiß

2) mit Weizen

3) mit Mandeln

Alle unsere Speisen sind hausgemacht und werden frisch zubereitet.

**Wir verzichten auf Geschmacksverstärker und nehmen anstatt Gewürze
in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup
ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder
selbst gemachte Kräutersalze.**