Ines Klose Caterings – Bistro in den Aktiv Sportparks
Hamburgerstr. 6, 41540 Dormagen, 0152 34065913 - iklose@web.de

Mittagessen
Mensa in der Sekundarschule

11.03.19	Mo	1)2) Pasta mit dreierlei Pastasaucen, Rohkost Nachtisch
12.03.19	Di	Chili con Carne mit Vollkornreis/Kartoffeln/Pasta und Salat Chili sin Carne mit Vollkornreis/Kartoffeln/Pasta und Salat Nachtisch
13.03.19	Mi	1)2) Kartoffel-Lauchsuppe mit Vollkornbrot 1)2) Kartoffel-Lauch-Hackfleischsuppe mit Vollkornbrot Nachtisch
14.03.19	Do	Pangasiusfilet mit Kartoffeln/Vollkornreis in Zitronen-Kräutersauce, Salat Gemüse in 1)2) in Sahnesauce mit Kartoffeln/Vollkornreis und Salat Nachtisch
15.03.19	Fr	Bolognese-Gemüseaufläufe1)2) 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 dessen Gewürze in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze.

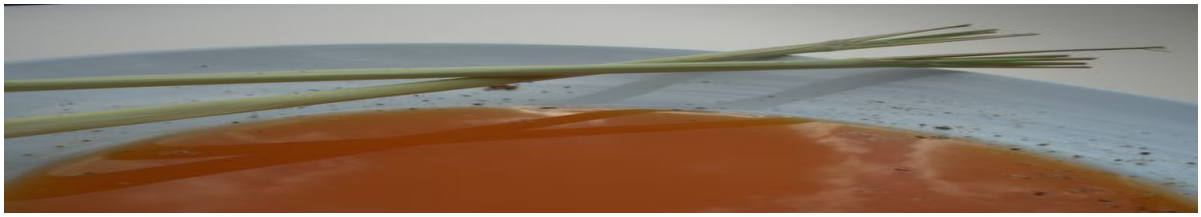
Ines Klose Caterings – Bistro in den Aktiv Sportparks
Hamburgerstr. 6, 41540 Dormagen, 0152 34065913 - iklose@web.de

Mittagessen
Mensa in der Sekundarschule

18.03.19 Mo	Rote-Linseneintopf mit Geflügelwürstchen der vegetarisch mit Gemüse und 2) Vollkornbrot 1)2) Möhrencremesuppe mit Vollkornbrot Nachtisch
19.03.19 Di	Tomatenbulgur/Vollkornreis/Pellkartoffeln mit Putenschnitzelchen und 1)Tzaziki Tomatenbulgur/Vollkornreis/Pellkartoffeln mit Curry-Gemüsebratlingen und 1)Tzaziki Nachtisch
20.03.19 Mi	1)Kartoffel-Wirsing-Aufläufe mit Hähnchenschnitzeln 1)Kartoffel-Wirsing-Aufläufe mit Gemüseschnitzeln 1)2) Pastaaufläufe mit Gemüse Nachtisch
21.03.19 Do	1)2) Vollkornreis/Pasta/Kartoffeln mit Hähnchengeschnetzeltem und Erbsen und Möhren 1)2) Vollkornreis/Pasta/Kartoffeln mit Tofugeschnetzeltem und Erbsen und Möhren Nachtisch
22.03.19 Fr	1)2) Pasta mit Thunfischsauce und Salat 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 dessen 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, 0152 34065913 - iklose@web.de

Mittagessen
Mensa in der Sekundarschule

25.03.19	**Mo**	**Vollkornreis-Gemüsepfanne** **Pasta-Gemüsepfanne** **Kartoffel-Gemüsepfanne** **Nachtisch**
26.03.19	**Di**	**1)2) Pasta Bolognese, Tomaten-Kräutersauce, Thunfischsauce & Salat** **Nachtisch**
27.03.19	**Mi**	**Frikadellen mit 1)Kohlrabigemüse, 1) Möhrengemüse und Kartoffeln** **Gemüsefrikadellen mit 1) Möhrengemüse, 2) Kohlrabigemüse & Kartoffeln** **Nachtisch**
28.03.19	**Do**	**1)Kartoffel-Hähnchen-Kräuterpfanne mit Rohkost** **1)2) Pasta-Hähnchen-Gemüsepfanne mit Rohkost** **Nachtisch** **1)Pellkartoffel-Gemüseauflauf mit Rohkost**
29.03.19	**Fr**	**Fischfilet in 1) Dillsenfsauce mit Gurkensalat und Kräuterreis** **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 dessen 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, 0152 34065913 - iklose@web.de

Mittagessen
Mensa in der Sekundarschule

01.04.19	Mo	2) Pasta mit 1)dreierlei Pastasaucen, Rohkost Nachtisch
02.04.19	Di	Bulgur /Vollkornreis/Kartoffeln mit asiatischer Hähnchen-Gemüsepfanne Bulgur /Vollkornreis/Kartoffeln mit asiatischer Gemüsepfanne Nachtisch
03.04.19	Mi	Rinderpaprikagulasch mit Kartoffeln/Kräuterreis/Vollkornpasta, Endiviensalat Paprika-Tomatengulasch mit Kartoffeln/Kräuterreis/Vollkornpasta, Endiviensalat Nachtisch
04.04.19	Do	2) Tomatensuppe mit Gemüse, Vollkornreis und Vollkornbrot 1)2) Kartoffelsuppe mit Geflügelwürstchen oder vegetarisch & Vollkornbrot 2) Linsensuppe mit Geflügelwürstchen oder vegetarisch und Vollkornbrot Nachtisch
05.04.19	Fr	Couscous-Gemüsepfanne mit Putenschnitzelchen 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 dessen Gewürze in Reinform. Zucker wird durch Honig, Agavendicksaft oder Ahornsirup ersetzt. Auf Kochsalze verzichten wir und nehmen Meersalze oder selbst gemachte Kräutersalze.