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

Mittagessen
Mensa Sekundarschule

23.09.19	Mo	1)2) Pasta „Verdura" mit Gemüse und Tomaten 1)2) Pasta mit Thunfischsauce oder mit Erbsen und Möhren in Sahnesauce Nachtisch
24.09.19	Di	Chili con Carne mit Vollkornreis/Kartoffel/2)Pasta und Rohkost Chili sin Carne mit Vollkornreis/Kartoffeln/2)Pasta und Rohkos Nachtisch
25.09.19	Mi	Putenschnitzel mit 1)Kräuterquark, Salat und Couscous/Kartoffeln/Vollkornreis Gemüseschnitzel mit 1)Kräuterquark, Salat und Couscous/Kartoffeln/Vollkornreis Nachtisch
26.09.19	Do	1)2) Wirsing-Kartoffelsuppe mit Geflügelfleischwürstchen oder vegetarisch und Vollkornbrot 1)2) Karotten-Kräutersuppe mit Vollkornbrot 1)2) Linsensuppe mit Geflügelwürstchen oder vegetarisch und Vollkornbrot Nachtisch
27.09.19	Fr	Süsskartoffelpurée mit Gemüseschnitzeln und Gurkensalat 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.

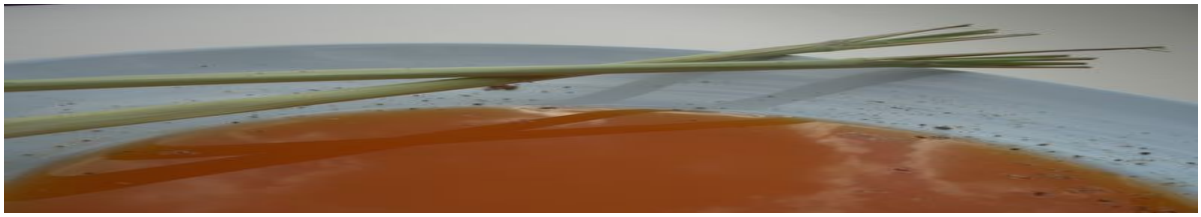
Ines Klose Caterings – Bistro in den Aktiv Sportparks
Hamburgerstr. 6, 41540 Dormagen, 0152 34065913 - iklose@web.de

Mittagessen
Mensa Sekundarschule

30.09.19 Mo	Rote-Linseneintopf mit Gemüse, Geflügelfleischwürstchen oder vegetarisch mit Kräutern, 2) Vollkornbrot 1)2) Kartoffelsuppe mit Geflügelwürstchen oder vegetarisch mit Kräutern und Gemüse, 2) Vollkornbrot Gemüsesuppe mit 2) Vollkornbrot Nachtisch
01.10.19 Di	1)2) Paprika-Rindergulasch mit Vollkornreis, Kartoffeln/2) Vollkornnudeln und Salat 1)2) Paprika-Gulasch vegetarisch mit Vollkornreis, Kartoffeln/2) Vollkornnudeln und Salat Nachtisch
02.10.19 Mi	1)Kartoffel-Karotten-Aufläufe mit Hähnchenschnitzeln oder Couscousfrikadellen 1) Kartoffel-Spinataufläufe mit Hähnchenschniteln oder Couscousfrikadellen 1)2) Pasta-Gemüseaufläufe Nachtisch
03.10.19 Do	Feiertag
04.10.19 Fr	Überraschungsmenue 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 Sekundarschule

07.10.19	Mo	1)2) Pasta mit Blumenkohl und Karotten in Sahnesauce, Rohkost 1)2) Pasta mit Thunfisch in Sahnesauce, Rohkost 2) Pasta mit Tomaten-Kräutersauce Nachtisch
08.10.19	Di	Tomatenbulgur/Kartoffeln/Vollkornreis mit Putenschnitzelchen und 1)Tzaziki Tomatenbulgur/Kartoffeln/Vollkornreis mit Gemüseschnitzeln und 1)Tzaziki Nachtisch
09.10.19	Mi	Kartoffel-Laucheintopf mit Rinderhackfleisch und Kräutern und Vollkornbrot Gemüseeintopf mit 2) Vollkornbrot Tomatensuppe mit 2)Vollkornbrot Nachtisch
10.10.19	Do	Kartoffel-Hähnchen-Kräuterpfanne mit Salat Kartoffel-Gemüsepfanne mit Salat 1) Vollkornnudeln-Gemüsepfanne mit Salat Nachtisch
11.10.19	Fr	Fischfilet in 1) Zitronen-Buttersauce mit Möhrensalat 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.