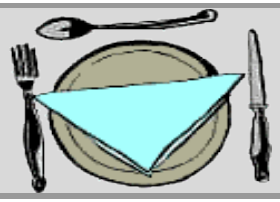
Realschule St. Martin - Angebot in der Mensa

für die Zeit vom 04.03.-29.03.2024



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
04.-08.03.2024	Schnitzelchen vom Schwein an ital. Schmorgemüse, Salzkartoffeln, Rahmsauce	Rindsfrikadelle mit Gemüsereis	Hähnchensteak mit Tom-Mozzarella. überbacken, Schmorkartoffeln, Möhren	Gemüseburger mit Salat, Gurke, Tomate, Remoulade	Schweinebraten mit Spätzle und Rotkohl
	Serbische Bohnensuppe (veget.)	Gemüselasagne mit Erbsen, Möhren und Broccoli	Tomatencremesuppe mit Reis	Käsespätzle mit Krautsalat	Gemüsebrätlinge mit Quarkdip
	Apfelmus	Vanillecreme mit Erdbeermark	Frisches Obst	Zitronenkuchen	Joghurt mit Obst
11.-15.03.2024	Frische Bratwurst mit Stampfkartoffeln, Erbsen und Möhren	Backfisch und ital. Nudelauflauf	Gemüseschnitzel an Rahmsauce mit Spätzle, Möhren	Gyros vom Schwein oder Hähnchen mit Zaziki, Pommes, griech. Bauernsalat	Ofenkartoffeln mit Zaziki, Krautsalat, Brot
	Spitzkohlgemüse mit Paprika, Champignons, Schmorkartöffelchen, Kräuterquark	Gemüserösti mit Kräuterquark und Curryreis	Moussaka vegetarisch	Paprikaschote vegetarisch gefüllt	Schweinesteak nach Gyros Art mit Schmorkartöffelchen
	Banane	Galatopita (griech. Gebäck)	Himbeerjoghurt	Milchreis	Frisches Obst
18.-22.03.2024	Italienischer Reisauflauf mit Zucchini, Möhren, Aubergine, Paprika mit Käse überbacken	Schleifchennudeln an Gemüsebolognese mit frischem Salat aus der Theke	1 Dönertasche mit Kraut, Tomate, Gurke, Eisberg, Joghurt, Hähnchenfleisch	Pestospaghetti	Italienische Burger
	Pizza verschieden belegt mit Salami, Thunfisch, Margarita	Kartoffelcremesuppe mit Croutons	Pfannekuchen mit Zimt und Zucker	Hähnchensteak, Pfannengemüse, Rosmarinkartöffelchen	Grüne Bandnudeln an Käseruccolasauce
	Apfel	Quarkspeise	Panna Cotta m. Erdbeermark	Frisches Obst	Mandarinenquark
Ferien vom 25.-29.03.2024					

Kosten:
Für 4,80€ je Tag gibt es im Abosystem eine „Eintrittskarte“ für die Mensa. Wer nicht das Abo-System gebucht hat, kann am Kiosk eine Tageskarte für 5,30€ kaufen.

Was es mittags in der Mensa immer gibt:

- Salatbar,wechselweise mit Eisbergsalat, Blattsalatmischung, Tomate, Gurke, Paprika, Möhren, Mais, Oliven Rotkohl, Krautsalat…
  zu ergänzen mit: Croutons, Schafskäse, Pizzakäse, Thunfisch, Putenbrustwürfel, Mozzarella Cocktaildressing, Currysenfdressing, dunkles und helles Balsamicodressing, Joghurtdressing
- Nudelauswahl mit Käsesauce, Tomatensauce oder Ketchup
- Mineralwasser

Guten Appetit!
Auf ein gutes Gelingen freut sich das nette Team vom Partyservice Struckholt, Ahlen-Tönnishäuschen