



Realschule St. Martin - Angebot in der Mensa für die Zeit vom 03.02. – 28.02.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
03.-07.02.2025	Hähnchenschnitzel, Röstis, Möhren, Sauce Hollandaise	Zucchini-Paprikasauce mit Bulgur	Frische Bratwurst (Schwein) mit Stampfkartoffeln, Kohlrabi	Spagetti an Carbonarasauce	
	Gemüse Eintopf	Hähnchensteaks mit Spätzle und Gurkensalat	Frühlingsrollen (veget.) mit Chinakohlsalat	Pfannekuchen mit Apfelmus	Zeugnisausgabe – keine Mensa-kein Kiosk
	Karamellcreme	Vanillecreme	Banane mit Schokosauce	Frisches Obst	
10.-14.02.2025	Backfisch mit Erbsen und Möhren, Kroketten	Falafel mit Kräuter dip	Pizza wahlweise mit Thunfisch, Salami oder Margarita	Putenschnitzel mit Currysauce und Reis, Broccoli	Pfannekuchen mit Zimt und Zucker
	Gemüsefrikadelle mit Stampfkartoffeln	Kasseler mit Sauce und Salzkartoffeln, Mischgemüse	Weißer Bohneneintopf (veget.)	Reis-Falafel-Gratin	Hähnchensteak mit Gorgonzolasauce und Reis
	Orange	Schokocreme	Frisches Obst	Griespudding	Quark mit Müsli
17.-21.02.2025	Backfisch mit Bratkartoffeln und Blumenkohl mit Brösel	Schweineschnitzel mit Kartoffelgratin, Leipziger Allerlei	Rinderfrikadelle, Senf, Bratkartoffeln, gelber Bohnensalat	Chili con carne, Salzkartoffeln und Möhren	Morzzarellasticks m. rotem Dip und Schmorkartoffeln
	Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt und Paprikadip	Vegetarischer Burger mit Salat, Tomate, Gurke, Snackdressing, Ketchup	Gemüsereispfanne mit Paprika, Zucchini, Möhren, Frühlingszwiebeln	Nudeln in Gemüsesauce	Cevapcici mit Gemüsereis und Maisgemüse
	Orangen	Karamellcreme	Apfelmus	Wackelpudding, Vanillesauce	Mandelcreme
24.-28.02.2025	Hähnchenschnitzel, Sauce, Salzkartoffeln, Erbsen Möhren	Pfannekuchen mit Zimt und Zucker	Backfisch im Partybrötchen	Hackfleisch (Rind) mit dicken Bohnen und Salzkartoffeln	
	Schwedische Backkartoffeln mit Kräuterquark und Salat	Vegetarische Lasagne	Kartoffelgulasch mit Quarkdip und Salat aus der Theke	Möhreneintopf mit Pfannekuchenstreifen	Beweglicher Ferientag
	Quarkspeise mit Streuseln	Orangen	Kirsch-Quark-Streusel Dessert	Stracciatellacreme	
Kosten: Für 4,80€ je Tag gibt es im Abo-System 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: <ul style="list-style-type: none"> • Salatbar, wechselweise mit Eisbergsalat, Blattsalatmischung, Tomate, Gurke, Paprika, Möhren, Mais, Oliven Rotkohl, Krautsalat... • zu ergänzen mit: Croutons, Schafkäse, Pizzakäse, Thunfisch, Putenbrustwürfel, Mozzarella Cocktaildressing, Currysens dressing, dunkles und helles Balsamicodressing, Joghurtdressing • Nudelauswahl mit Käsesauce, Tomatensauce oder Ketchup • Mineralwasser Jeder wird satt: Man kann immer nachholen... solange der Vorrat reicht				Guten Appetit! Auf ein gutes Gelingen freut sich das nette Team vom Partyservice Struckholt, Ahlen-Tönnishäuschen