

Fritz Winter Gesamtschule
 vom 10.06.2019 bis 14.06.2019, 24. KW

Montag

Pfingstmontag

Mittwoch

 Ägypten/ Israel: Falafel (frittierte Kichererbsenbällchen) dazu Hummus (Kichererbsendipp) oder einen Joghurtdipp, Fladenbrot und Salat vom Buffet

Allergene: Falafel, 80 St. (11) / Joghurt-Dipp (8) / Hummus, Kichererbsenpaste (12) / Fladenbrot 1/6 (2, 7, 8, 12)

Am Buffet

Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert

Donnerstag

 Türkei: Köfte (kleine Frikadellen) dazu Ofentomaten und Bulgur oder eine andere Beilage nach Wahl und Salat

Allergene: Köfte, türk. Frikadelle, 80 St. (2, 4) / Bulgur (2)

Am Buffet

Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert

Freitag

 Frankreich: Kartoffelgratin dazu Ratatouillegemüse oder provencalische Kartoffelchen mit Kräuterdipp

Allergene: Kartoffelauflauf, C&C (8, 10) / Kräuterquark, C&C (8) / Ratatouille / Provencalische Kartoffelchen

Am Buffet

Wok, Pizza, Pasta, Salat und Dessert

In der kalten Jahreszeit gibt es auch noch eine heiße Suppe.
 Änderungen vorbehalten. Der Plan im Netz: www.biond.de/sp/fwg-ahlen

