

18. März bis 24.. März 2019

Speisekarte

Bildung
mit Genuss

BILDUNG
in Sprockhövel

Gericht 1

Gericht 2

Vegetarisch

Montag

Lammragout mit
Bohngemüse und Kräuterkartoffeln

Kalbsbrat- oder Currywurst
mit Currysauce und Pommes Frites

Spinatknödel
mit geriebenen Bergkäse
und Salbeibutter

Dienstag

Ennepetaler Lachsforelle
mit Estragon Sauce und jungem Spinat
dazu halb wilder Reis

Grillhähnchen
mit Grillgemüse und Kartoffeln

Tortilla
mit Ofenpaprika und Kräutern

Mittwoch

Kalbsragout mit Austernpilzen
dazu Broccoli und Schupfnudeln

Gefüllte Paprika mit Rinderhack
dazu Joghurt-Dip und
griechische Reismudeln

Fetakäse aus dem Ofen
mit Tomaten, Knoblauch, Auberginen
und Kräutern

Donnerstag

Kalbssahneragout
mit Waldchampignons, Broccoli
und Butterspätzle

Putensteaks
mit Chakalaka Sauce
und Vollkornreis

Flammkuchen
mit jungem Spinat
und mariniertem Schafskäse

Freitag

Kalbsbrat- oder Currywurst
mit Tiger Pommes

Kartoffelsuppe
mit Croutons und Mettenden

Quiche
mit Lauch und eingelegten Tomaten

Samstag

Sonntag