

Mensa der Deutschen Schule Ankara

Speiseplan April 2025

	01.04.2025 Dienstag	02.04.2025 Mittwoch 677kcal *Joghurtsuppe *Spaghetti Bolognese *Salat Vesper:Simit, Ayran	03.04.2025 Donnerstag 536kcal *Bohneneintopf *Reis *Tzatziki Vesper:Tomatensuppe mit croutons, Obst.	04.04.2025 Freitag 599kcal *Ezogelinsuppe *Gemüse-Hähnchen Auflauf mit Bechamelsonße *Salat *Vesper:Vollkornbrot mit Friskhäse, Gemügesticks.
07.04.2025 Montag 609kcal *Tarhanasuppe *Manti mit Joghurt und Soße *Salat *Saure Gurken Vesper:Obstsalat, Grissini.	08.04.2025 Dienstag 542kcal *Erseneintopf mit Fleisch *Bulgur Reis *Joghurt *Obst *Vesper:Brot mit Pizzabelag, hausgemachter Obstsaft.	09.04.2025 Mittwoch 371kcal *Gemüsegratin *Nudeln mit TomatenSoße *Obstsalat *Vesper:Apfeltörtchen, hausgemachte Limonade	10.04.2025 Donnerstag 747kcal *"Tas Kebap"(Fleisचेintopf mit Kartoffeln) *Reis *Salat *Obst *Vesper:Schokoladenmüsli, Joghurt und Milch	11.04.2025 Freitag 653kcal *Linsensuppe *Hausgemachte Ofen Schnitzel *Kartoffelpüree Vesper:Milchreis mit Zimt+Zucker
14.04.2025 Montag	15.04.2025 Dienstag	16.04.2025 Mittwoch	17.04.2025 Donnerstag	18.04.2025 Freitag
21.04.2025 Montag	22.04.2025 Dienstag	23.04.2024 Mittwoch	24.04.2025 Donnerstag	25.04.2025 Freitag
28.04.2025 Montag 622kcal *Gemüsesuppe *Nudelaufauf mit Hackfleisch *Salat Vesper:Käse Sandwich, Ayran	29.04.2025 Dienstag 447kcal *Hühnersuppe *Kidneybohneintopf *Reis *Salat Vesper:Schokoladengebäck, hausgemachte Erdbeerlimonade.	30.04.2025 Mittwoch 645kcal *Selleriesuppe *Hausgemachter Hamburger *Ofenkartoffeln *Obst Vesper:Haferkekse, Milch.		

Der Plan wurde basierend auf dem tägl.Kalorienbedarf der Kinder durch die Lebensmittelingenieurin Ebru Tasdelen und der Mensabetreiberin Melek Ciftci kontrolliert.

Melek Ciftci 05072002620 / melekyildirimciftci@gmail.com

Vesper gilt nur für KiGa und Hort!