

Mensa der Deutschen Schule Ankara

Speiseplan Mai 2026

<p>04.05.2026 Montag 621kcal *Karottensuppe *Manti mit Joghurt und Soße *Obst *Salat Vesper:Milchgrieß-Dessert</p>	<p>05.05.2026 Dienstag 654kcal *Tas Kebap(Fleischenintopf mit Kartoffeln) *Bulgur Reis *Tzatziki *Obst Vesper:Krepp,Hagebuttentee</p>	<p>06.05.2026 Mittwoch 648kcal *Tarhanasuppe *Hähnchen-Salat-Wrap *Ofenkartoffeln * Salat Vesper:Obstsalat,Grissini</p>	<p>07.05.2026 Donnerstag 639kcal *Grüne Bohnen *Reis *Erdbeer-Sommerkuchen * Tzatziki Vesper:Vollkornbrot mit Frischkäse,Gemüsesticks</p>	<p>08.05.2026 Freitag 795kcal *Linsensuppe * Nudelaufauf mit Spinat *Obst *Salat Vesper:Teiggebäck,Ayran</p>
<p>11.05.2026 Montag 646kcal *Joghurtsuppe *Mini-Fleischbällchen im Ofen *Nudeln mit Tomatensoße *Gemüsesticks Vesper:Marmorkuchen,Milch</p>	<p>12.05.2026 Dienstag 741kcal *Linsensuppe *Hausgemachter Hamburger *Ofenkartoffeln *Salat Vesper:Obst-und Gemüsesticks</p>	<p>13.05.2026 Mittwoch 544kcal *Ezogelinsuppe *Hähnchen Gemüse Lasange *Salat Vesper:Obstsalat mit Joghurt, Grissini</p>	<p>14.05.2026 Donnerstag 657kcal *Tomatensuppe *Vegetarisch gefülltes Gemüse *Tzatziki *Saray Tatlısı (Nachtsich) Vesper:Pizza,hausgemachte Limonade</p>	<p>15.05.2026 Freitag 824kcal *Selleriesuppe *Hühnchendöner auf Reis *Salat *Obst Vesper:Türkisches Schmalzgebäck(hezhaft),Ayran</p>
<p>18.05.2026 Montag 656kcal *Linsensuppe *Hackfleisch-Kartoffeln Auflauf * Salat *Joghurt Vesper: Apfeltörtchen,Milch,Obst</p>	<p>19.05.2026 Dienstag 556kcal *Hühnersuppe *Nudeln mit Pestoße *Ofengemüse *Joghurt Vesper:Obstsalat,Grissini</p>	<p>20.05.2026 Mittwoch 515kcal *Tomatensuppe *Ofenfrikadellen *Bulgur Reis *Tzatziki Vesper:Margarita Pizza,hausgemachte Erdbeerlimonade</p>	<p>21.05.2026 Donnerstag 540kcal *Nudelsuppe *Gemüsegratin *Ofenhähnchen *Salat Vesper:Simit,Ayran</p>	<p>22.05.2026 Freitag 608kcal *Bohneneintopf *Reis *Salat *Obst Vesper:Börek mit Kartoffeln,Hagebuttentee</p>

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!