



Speiseplan

04.05. – 08.05.2026



Montag	<p>„Kumpir“ Große Ofenkartoffeln mit vielen Beilagen, gebratenem Gemüse, Sour Cream und Salatbeilage B C E J K Alternativ: Fruchtiges Gemüsecurry mit Ananas in milder Currysauce, dazu wahlweise Tofu, geröstete Mandeln und Reis (vegan) H I J L</p>	<p>Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K</p>
Dienstag	<p>Gegrillte „Cevapcici“ (Rinderhack) und Gemüse- oder Kichererbsenbällchen, dazu Gurken-Joghurt Dip, Tomatensauce, orientalisches Gemüse, Minze, Reis oder Bulgur A I B C E J</p>	<p>Salat, Dressing ^(2,6,11) / Vanillaquark mit Himbeersauce A B C E I J K</p>
Mittwoch	<p style="text-align: center;">Pastabar</p> <p>(Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Pesto, Gemüse und leckeren Saucen) A I B C E I J Alternativ: Frühlings Nudleintopf mit viel Gemüse, und Schnittlauch, dazu Mehrkornbaguette (vegan) A I J</p>	<p>Salat, Dressing ^(2,6,11) / Obstsalat mit frischen Erdbeeren A B C E I J K</p>
Donnerstag	<p>Chili Con Carne mit Rinderhack, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Reis und Baguette A I B C J Vegetarisch: Chili Sin Carne mit Bio-Soja, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Reis und Baguette A I B C H J</p>	<p>Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K</p>
Freitag	<p>„Fish & Chips“ MSC-Fischnuggets mit leckeren Dips und Gemüse, dazu hausgemachte Kartoffelspalten A I B C E F J K Vegetarisch: Gemüsenuggets mit leckeren Dips ^(2,6,11), dazu Spargel und Kartoffeln A I B C E J K</p>	<p>Salat, Dressing ^(2,6,11) / Nougatpudding mit Fruchtmark A I B C E J K</p>

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden! Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind leider noch nicht Bio.

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, Erbsen, frische Möhren sind für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS)



Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte mammias canteen-Küchenteam wünschen allen Schülerinnen und Schülern, sowie Kolleginnen und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!

© Jörg Wieckenberg 2026
 Änderungen behalten wir uns vor ;-)