



# Speiseplan 25.05. – 29.05.2026



<b>Pfingstmontag</b>	<p>Heute bleibt die mammias canteen geschlossen! Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ Frohe Pfingsten und bunte Feiertage ;-))</p>	<p>Am Dienstag sind wir wieder für Euch da!</p>
<b>Dienstag</b>	<p>Chicken Crossies oder Gemüse Crossies, dazu leckere Dips (2,6,11), Gemüse und Pommes Tricolore (Karotte, Pastinake und Rote Bete) <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C E I<sup>1</sup> J K</span> Alternativ: Spargelcremesuppe mit Croutons und Petersilienpesto, dazu frisches Baguette <span style="float: right;">A<sup>1</sup> J</span></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C E I<sup>1-9</sup> J K</span></p>
<b>Mittwoch</b>	<p><b>Pastabar</b> (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse, Pesto und leckeren Saucen) <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C E I<sup>1-4</sup> J</span></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C E I<sup>1-9</sup> J</span></p>
<b>Donnerstag</b>	<p>Mini-Frühlingsrollen mit Gemüsefüllung, dazu Sweet Chili Sauce, Wokgemüse, Sojasprossen, Koriander und Reis <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C H J L</span> Alternativ: <b>„Graupen-Risotto“</b>, dazu frischer weißer und grüner Spargel, Erbsen Rucola und Parmesan <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C J</span></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Kirsch-Bananen Shake <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C E I<sup>1-9</sup> J K</span></p>
<b>Freitag</b>	<p>„MSC-Fischfilet“ mit Dillsauce oder Hummersauce, Blumenkohlsterne oder Karotten-Sesamsticks, dazu Erbsen und Möhren, Salzkartoffeln <span style="float: right;">A<sup>1</sup> B C F</span></p>	<p>Salat, Dressing (2,6,11) / <b>Schottisches Cranachan</b> mit Himbeeren mit Sahne und Haferflocken <span style="float: right;">B C K</span></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 ;-)