



Speiseplan 14.12. – 18.12.2026

Einige Eurer Lieblingsgerichte zum Abschluss von 2026 ☺



Montag	Große Portion Milchreis, auch vegan mit Kokosmilch, dazu Apfelkompott ⁽⁶⁾ , Kirschgrütze und frisches Obst A' B C Suppenkasper ☺ Verschiedene vegetarische und vegane Suppenspezialitäten, dazu Vollkornbaguette A' B C J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obstauswahl A' B C E K J K
Dienstag	Pizzatag Große Auswahl frisch gebackener Pizzen vom Buffet zum selber zusammenstellen A' B C E J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Fruchtjoghurt A' B C E K J K
Mittwoch	Currywurst (Geflügel, Veggie oder Vegan) mit hausgemachter Currysauce, Currypulver, Alibigemüse ☺ und Pommes Frites oder hausgemachte Kartoffelspalten A' B C E J K	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E K J K
Donnerstag	„Lasagne al Forno“ mit Sauce Bolognese (Rind oder Veggie) und Käsesauce überbacken, dazu Tomatensauce A' B C J Alternativ: Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse und leckeren Saucen) A' B C E J	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A' B C E K J K
Freitag	„ Burger Day “ Burger (Fisch, Veggie oder Vegan) zum selber bauen mit vielen Beilagen, Saucen, Salat und Kartoffelspalten A' B C E J „ mammas Bowl Bar “ Stellt Euch eure eigene leckere Bowl zusammen und wählt aus leckeren Salaten, Gemüse, Linsen, Reis, Beilagen, Saucen und Toppings A' B C E F K J K L	Salat, Dressing ^(2,6,11) / Hausgebackener Kuchen (auch als Vollkornvariante) A' B C E K J K

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 mammas 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 ;-)