



Speiseplan



04.05. – 08.05.2026	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I	„Kumpir“ Große Ofenkartoffeln mit vielen Beilagen, gebratenem Gemüse, Sour Cream und Salatbeilage <i>B C E J K</i>	Gegrillte Cevapcici (Rinderhack) und Gemüsebällchen, dazu Zaziki, Ajvar, Tomatensauce, Minze Oriental. Gemüse, Reis oder Bulgur <i>A' B C E J</i>	Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse und leckeren Saucen) <i>A' B C E J</i>	Chili Con Carne mit Rinderhack, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Reis und Baguette <i>A' B C J</i>	„Fish & Chips“ MSC-Fischnuggets mit leckeren Dips und Gemüse, dazu hausgemachte Kartoffelspalten <i>A' B C E F J K</i>
Essen II	Fruchtiges Gemüsecurry mit Ananas in milder gelber Currysauce, wahlweise gebratenen Tofu, dazu Mandelreis (vegan) <i>H I' J L</i>	Frühlings Nudeltopf mit viel Gemüse, und Schnittlauch, dazu Baguette (vegan) <i>A' J</i>	Gebackener Mini-Camembert und Goudasticks, dazu Preiselbeeren, Salatbeilage, geröstete Nüsse, Toast und Röstkartoffeln <i>A' B C E J'</i>	Chili Sin Carne mit Bio-Soja, Bohnen, Tomaten, Mais und Schmand, dazu Reis und Baguette <i>A' B C H J</i>	Gemüsenuuggets mit leckeren Dips (2,6,11), dazu Spargel und Kartoffeln <i>A' B C E J</i>
Salat	Cole Slaw Salat (2,6,11) <i>B C E J</i>	Kichererbsensalat <i>B C J K</i>	Feldsalat mit Senf- Honigdressing <i>B C J K</i>	Tomatensalat mit roten Zwiebeln und Koriander -	Karibischer Reissalat <i>B C E J K</i>
Obst/Dessert	Obstauswahl -	Vanillaquark mit Himbeermark <i>B C</i>	Obstsalat mit frischen Erdbeeren -	Obst / Dessert -	Nougatpudding mit Fruchtmarmelade <i>A' B C E J' J K</i>

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen.

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

**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)**



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

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