



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 01: 01.01. – 05.01.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Neujahr	Hühnerfrikassee (1,7) mit Reis 	Lunchboxen	Chili con Carne (9,10) mit Fladenbrot (1)	Bunter Nudelauf (1,7) mit Tomatensauce
II		Gemüsefrikassee (1,7) mit Reis		Chili sin Carne (9,10) mit Fladenbrot (1)	
Salat		Frischer Beilagensalat		Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert		Saisonales Obst		Pudding (7)	Saisonales Obst

Vollkorn-Pasta für euch immer in Bio-Qualität gem. EG-Öko-Verordnung.

Kartoffeln, Äpfel, Gurken, Möhren werden zur jeweiligen Saison regional erzeugt um das Klima zu schützen.

Salat & Dessert ist beim Mittagessen inbegriffen.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon); 2 Krebstiere; 3 Eier; 4 Fisch; 5 Erdnüsse; 6 Soja; 7 Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose); 8 Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss); 9 Sellerie; 10 Senf; 11 Sesamsamen; 12 Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; 13 Lupinen; 14 Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

a. Geschmacksverstärker b. Antioxidationsmittel c. Konservierungsstoff d. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 02: 08.01 – 12.01.2023

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Chickennuggets (1), kleine Kartoffeln, Möhren, dazu Kräuterdip (7) und Ketchup	Kartoffelcremesuppe (7,9) und Baguette (1)	Hot Dog (Geflügelwürstchen, Brötchen (1.), Ketchup, Gewürz- gurke (10), Röstzwiebeln (1)) dazu Cole Slaw (3,6,10)	Kartoffeltasche gefüllt mit Kräuterfrischkäse (7) und Möhren-Kohlrabi Gemüse, dazu Rahmsauce (7)	Kichererbsencurry mit Reis
II	Gemüsenugets (1), kleine Kartoffeln, Möhren, dazu Kräuterdip (7) und Ketchup		Veggi Dog (Vegetarische Würst- chen, Brötchen (1.), Ketchup, Gewürzgurke (10), Röstzwie- beln (1)) dazu Cole Slaw (3,6,10)		
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Pudding (7)	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst

Vollkorn-Pasta für euch immer in Bio-Qualität gem. EG-Öko-Verordnung.

Kartoffeln, Äpfel, Gurken, Möhren werden zur jeweiligen Saison regional erzeugt um das Klima zu schützen.

Salat & Dessert ist beim Mittagessen inbegriffen.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon); 2 Krebstiere; 3 Eier; 4 Fisch; 5 Erdnüsse; 6 Soja; 7 Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose); 8 Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss); 9 Sellerie; 10 Senf; 11 Sesamsamen; 12 Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; 13 Lupinen; 14 Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

a.Geschmacksverstärker b. Antioxidationsmittel c. Konservierungsstoff d.Geschwärtzt e.Süßungsmittel f.Geschwefelt g.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 03: 15.01. – 19.01.2023

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Eieromlette (3,7) mit Kartoffelpüree (7,12) und Rahmspinat (7) 	Pasta (1) mit Möhren-Frischkäse-Sauce (7)	Backfisch (1,3,4,10), kleine Kartoffeln, Kräuterquark (7) und Gurkensalat 	Hähnchengeschnetzeltes (7) mit Champignons und Schnittlauch, dazu Reis  	Erbseintopf (7) mit Würstchen und Baguette (1)
II			Gemüseschnitzel (1,3), kleine Kartoffeln, Kräuterquark (7) und Gurkensalat	Sojageschnetzeltes (7) mit Champignons und Schnittlauch, dazu Reis	Vegetarischer Erbseneintopf (7) mit Baguette (1)
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	Pudding (7)	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst

Vollkorn-Pasta für euch immer in Bio-Qualität gem. EG-Öko-Verordnung.

Kartoffeln, Äpfel, Gurken, Möhren werden zur jeweiligen Saison regional erzeugt um das Klima zu schützen.

Salat & Dessert ist beim Mittagessen inbegriffen.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon); 2 Krebstiere; 3 Eier; 4 Fisch; 5 Erdnüsse; 6 Soja; 7 Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose); 8 Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss); 9 Sellerie; 10 Senf; 11 Sesamsamen; 12 Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; 13 Lupinen; 14 Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

a. Geschmacksverstärker b. Antioxidationsmittel c. Konservierungsstoff d. Geschwärzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUS!



KW 04: 22.01. – 26.01.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Vegetarische Ravioli (1,7) in Tomatensauce	Blumenkohl-Käse-Medaillon (1,7) mit Rahmsauce (7) und Pellkartoffeln	Lasagne Bolognese (Rind) (1,3,7,9)	Fischfrikadelle (1,4,7,10), Kartoffelpüree (7,12), Gurkensalat, dazu Remoulade (3,7,10) und Ketchup	Falafelbällchen (1), Couscous (1), Tomaten-Gurkensalat und Kräuterquark (7)
II			Gemüselasagne (1,3,7,9)	Rote-Bete-Bratling (1,4,7,10), Kartoffelpüree (7,12), Gurkensalat, dazu Remoulade (3,7,10) und Ketchup	
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Pudding (7)	Saisonales Obst

Vollkorn-Pasta für euch immer in Bio-Qualität gem. EG-Öko-Verordnung.

Kartoffeln, Äpfel, Gurken, Möhren werden zur jeweiligen Saison regional erzeugt um das Klima zu schützen.

Salat & Dessert ist beim Mittagessen inbegriffen.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Kamut oder Hybridstämme davon); 2 Krebstiere; 3 Eier; 4 Fisch; 5 Erdnüsse; 6 Soja; 7 Milch und Milchprodukte (einschließlich Laktose); 8 Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Queenslandnuss); 9 Sellerie; 10 Senf; 11 Sesamsamen; 12 Schwefeldioxid und Sulfite in einer Konzentration von mehr als 10 mg/kg oder 10 mg/l; 13 Lupinen; 14 Weichtiere

ZUSATZSTOFFE

a. Geschmacksverstärker b. Antioxidationsmittel c. Konservierungsstoff d. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpökelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff