






SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 05: 29.01. – 02.02.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Makkaroni (1) mit Tomatensauce und geschnittenen Würstchen 	Fischstäbchen (1,7), Rahmspinat (7) und Kartoffelpüree (7,12) 	Vegetarisches Gyros (1,3,6,9) Tomaten-Gurkensalat, Reis und Kräuterquark (7) 	Gemüsebolognese (9) und Nudeln (1)	Kaiserschmarrn mit Rosinen und Puderzucker, dazu Apfelmus (1,3,7)
II	Makkaroni (1) mit Tomatensauce und Reibekäse (7)	Gemüsenuggets (1,7), Rahmspinat (7) und Kartoffelpüree (7,12)			
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Saisonales Obst	Pudding (7)	Pudding (7)

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 VORAUSS!



KW 06: 05.02. – 09.02.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Eierpfannkuchen (1,3,7) mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Gemüsefrikadelle (1,3) und Kartoffel-Karotten-Gratin (3,7)	Backfisch (1,4) und Kartoffelsalat (1,3,7,10) 	Pasta (1) mit Käse-Mais-Soße (7)	Buntes Hähnchencurry (9) mit Reis   
II			Rote-Bete-Puffer (1,4) und Kartoffelsalat (1,3,7,10)		Buntes Gemüsecurry (9) mit Tofu & Reis  
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.Geschwärtzt e.Süßungsmittel f.Geschwefelt g.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff







SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 07: 12.02. – 16.02.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Bunter Nudelauflauf mit Tomatensauce und Gouda überbacken (1,7)	Lachslasagne mit Spinat (1,4,7) 	Reis mit Möhren in mildem Curryrahm  	Süßkartoffelcremesuppe mit gerösteten Kichererbsen (7) und Baguette (1)	Gemüse-Köttbullar (3) in Rahmsauce (7) mit Erbsen und Pellkartoffeln 
II		Spinatlasagne mit Ricotta (1,4,7)			
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.Nitritpökelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff




SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 08: 19.02. – 23.02.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Eieromlette (1,3,7) mit Kartoffelpüree (7,12) und Rahmspinat (7)	Bunte Nudeln (1) mit Tomatensauce und Reibekäse (7)	Fischburger (Fischstäbchen) (1,4,11) mit Kartoffelecken und Ketchup   	Geflügelfrikadelle (1,3,7,10), Erbsen und Möhren, Rahmsauce (7) dazu Kartoffelpüree (7,12)	Brokkoli-Schupfnudeln (1,3)-Pfanne mit Pesto Sahnesauce (7,8)
II			Veggieburger (1,4,11) mit Kartoffelecken und Ketchup 	Gemüsefrikadelle (1,3,7,10), Erbsen und Möhren, Rahmsauce (7) dazu Kartoffelpüree (7,12)	
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.Geschwärzt e.Süßungsmittel f.Geschwefelt g.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 09: 26.02. – 01.03.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Chili Sin Carne für Kinder mit Reis  	Bratreis mit knackigem Gemüse, Ei, Mungosprossen und Hähnchen (3,6,9) dazu Süß-Saure Sauce   	Chickenugetts (1,9), Möhren, Rahmsauce (7) und Kartoffelpüree (7,12)  	Kartoffeltasche gefüllt mit Kräuterfrischkäse (7) und Möhren-Kohlrabi Gemüse dazu Rahmsauce (7) 	Ofenkartoffel, Hähnchenstreifen mit Paprikastreifen, Kräuterdip (7), Salat und Joghurtdressing (3,7) 
II		Vegetarischer Bratreis mit knackigem Gemüse, Ei, Mungosprossen (3,6,9), dazu Süß-Saure Sauce  	Gemüsenuggets (1,9), Möhren, Rahmsauce (7) und Kartoffelpüree (7,12)		Ofenkartoffel, Räuchertofu (6) mit Paprikastreifen, Kräuterdip (7), Salat und Joghurtdressing (3,7) 
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.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff