



# 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	Spinat-Ricotta-Tortelloni mit jungem Gemüse in Sahnesoße (1,3,7,9) 	Putengeschnetzeltes (7) mit Paprikastreifen, dazu Spätzle (1,3) 	Chili Sin Carne für Kinder mit Reis   	Ferien!
II	Ofenkartoffel, Brokkoli, Kräuterdip (7) und Salat mit Joghurtdressing (3,7) 	Tomatencremesuppe (7) mit Suppennudeln (1) und Baguette 	Vegetarisches Gyros (1,3,6,9) Tomaten-Gurkensalat, Reis und Kräuterquark (7) 	Gemüsebolognese (9) und Nudeln (1)  	Ferien!
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	
Dessert	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. Geschwärzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpökelsalz, 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	Geflügelbratwurst, grüne Bohnen, Kartoffelpüree (7,12) und Rahmsauce (7)  	Pasta (1) mit Putenstreifen und Erbsen in Sahnesauce (7)  	Backfisch (1,4) und Kartoffelsalat (1,3,7,10)  	Pellkartoffeln, Ofengemüse und Quark (7)  	Gefüllte Pfannkuchen mit Spinat-Ricotta (1,3,7) und Hirtenkäse (7) dazu Tomatensauce 
II	Eierpfannkuchen (1,3,7) mit Apfelsmus und Zimt & Zucker 	Gemüsefrikadelle (1,3) und Kartoffel-Karotten-Gratin (3,7) 	Brokkolicremesuppe mit Kartoffelwürfel (7) dazu Baguette (1) 	Pasta (1) mit Käse-Mais-Soße (7) 	Bratkartoffeln mit Spiegelei (3) und Kaisergemüse  
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	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.Geschwärzt 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	<b>Schnitzel (Geflügel) (1,3) , Pilzsauce (7) und Röstiecken</b>   	<b>Döner mit Falafelbällchen (1), Gurken, Tomaten, Eisberg, Fladenbrot (1,11) und Joghurtdressing (3,7)</b> 	<b>Tomatencremesuppe (7) mit Geflügelhackbällchen (1,3,7,10) und Baguette (1)</b>  	<b>Putengyros, Paprika-Gemüse, Reis und Kräuterquark (7)</b>    	<b>Linsenbolognese (9) mit Nudeln (1)</b>  
II	<b>Bunter Nudelaufwurf mit Tomatensauce und Gouda überbacken (1,7)</b> 	<b>Kaiserschmarrn (1,3,7) mit Apfelmus</b> 	<b>Reis mit Möhren in mildem Curryrahm</b>   	<b>Süßkartoffelcremesuppe mit gerösteten Kichererbsen (7) und Baguette (1)</b> 	<b>Gemüse-Köttbullar (3) in Rahmsoße (7) mit Erbsen und Pellkartoffeln</b>  
Salat	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>
Dessert	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>

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 08: 19.02.-23.02.2024

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	<b>Schupfnudeln-Gemüse-Pfanne (1,3) mit Kräuterquark (7)</b> 	<b>Putengulasch dazu Kartoffeln</b>    	<b>Fischburger (Fischstäbchen) (1,4,11) mit Kartoffelecken und Ketchup</b>   	<b>Geflügelfrikadelle (1,3,7,10), Erbsen und Möhren, Rahmsauce (7) dazu Kartoffelpüree (7,12)</b>   	<b>Kartoffel-Brokkoli-Gratin (3,7) dazu Möhrensalat</b>  
II	<b>Eieromlette (1,3,7) mit Kartoffelpüree (7,12) und Rahmspinat (7)</b> 	<b>Bunte Nudeln (1) mit Tomatensauce und Reibekäse (7)</b> 	<b>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</b>   	<b>Gemüsesuppe mit Pfannkuchenstreifen (1,3,7) und frischem Baguette (1)</b> 	<b>Brokkoli-Schupfnudeln (1,3)-Pfanne mit Pesto Sahnesauce (7,8)</b> 
Salat	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>
Dessert	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Saisonales Obst</b>

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	Pasta (1) mit Hähnchenstreifen und Tomaten-Sahne-Soße (7) 	Bratkartoffeln mit Spiegelei (3) und Kaisergemüse   	Chickennuggets (1,9), Möhren, Rahmsauce (7) und Kartoffelpüree (7,12) 	Vollkorn Nudeln (1) mit Spinatsoße (7) 	Ofenkartoffel, Hähnchenstreifen mit Paprikastreifen, Kräuterdip (7), Salat und Joghurtdressing (3,7)  
II	Chili Sin Carne für Kinder mit Reis   	Spinatlasagne (1,7) mit Salatbeilage und Joghurt-Dressing (3,7) 	Blumenkohlcremesuppe (7,9) mit Baguette (1) 	Kartoffeltasche gefüllt mit Kräuterfrischkäse (7) und Möhren-Kohlrabi Gemüse dazu Rahmsauce (7)  	Gemüse Couscous Pfanne mit Kräuterquark (7)  
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	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.Geschwärzt e.Süßungsmittel f.Geschwefelt g.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff