



# SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 01: 05.01.-07.01.2022

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I			Lasagne Bolognese 	Fish `n chips mit Kräuterquark 	Bratnudeln mit Gemüse und Süß-Saurer-Soße 
II			Gefüllte Pfannkuchen mit Spinat-Ricotta und Hir- tenkäse dazu Tomaten- sauce 	Gemüsefrikassee mit Naturreis 	Möhren-Kartoffel Eintopf mit Fladenbrot 
Salat			Beilagensalat	Beilagensalat	Beilagensalat
Dessert 0,50€			Dessert zur Auswahl	Frisches Obst	Dessert zur Auswahl

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 ist beim Mittagessen inbegriffen.

## 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 02: 10.01.-14.01.2022

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
I	<b>Spaghetti mit Gemüsebolognese und Reibekäse</b> 	1,7	<b>Fischfrikadelle, Rahmspinat und Salzkartoffeln</b> 	1,34,7,9,10	<b>Hühnerfrikassee mit Langkorn-Reis</b> 	1,7	<b>Putenschnitzel mit Pilzrahmsauce und Kroketten</b> 	1,3,7	<b>Falafelbällchen, Parboiled Reis, Salat und Joghurt-Minz-Dip</b>	1,3,6,7,9,10
II	<b>Kartoffelpuffer mit Apfelmus</b>  	1	<b>Vollkorn-Nudeln mit Tomaten-Sahnesauce und Reibekäse</b>	1,7	<b>Gemüsesuppe mit Suppennudeln und Bauernbrot</b>	1,7,9	<b>Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Rahmsauce, Gemüsejulienne und Pellkartoffeln</b>	1,7,9	<b>Spinatlasagne mit Salatbeilage und Joghurt-Dressing</b>	1,3,7
Salat	Beilagensalat		Beilagensalat		Beilagensalat		Beilagensalat		Beilagensalat	
Dessert 0,50€	Dessert zur Auswahl	7	Dessert zur Auswahl	7	Frisches Obst		Dessert zur Auswahl	7	Dessert zur Auswahl	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 ist beim Mittagessen inbegriffen.

### 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 03: 17.01.-21.01.2022

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
I	<b>Gebratene Hähnchenbrust mit buntem Butter-Gemüse und Nudeln</b>  	1,7	<b>Backfisch, Kartoffelbrei und Möhrensalat</b> 	1,4,7	<b>Vegetarische Moussaka mit Kartoffeln und Aubergine</b> 	7	<b>Hamburger (Rind) mit Kartoffelecken und Ketchup</b> 	1,3,7,10	<b>Gemüseschnitzel, Spiegelei und Bratkartoffeln dazu Kräuterquark</b>	1,3,7
II	<b>Kartoffelrösti und Möhren-Kohlrabi Gemüse und Rahmsauce</b> 	7	<b>Käsespätzle und Röstzwiebeln</b>	1,3,7	<b>Milchreis mit heißen Kirschen und Zimt und Zucker</b> 	7	<b>Konfetti-Reis mit Erbsen, Mais, Paprika und herzhafter Tomatensauce</b>  	1	<b>Vegetarische Pizza dazu bunter Salat</b>	1,7
Salat	<b>Beilagensalat</b>		<b>Beilagensalat</b>		<b>Beilagensalat</b>		<b>Beilagensalat</b>		<b>Beilagensalat</b>	
Dessert 0,50€	<b>Dessert zur Auswahl</b>	7	<b>Saisonales Obst</b>		<b>Dessert zur Auswahl</b>	7	<b>Dessert zur Auswahl</b>	7	<b>Dessert zur Auswahl</b>	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 ist beim Mittagessen inbegriffen.

### 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