



# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 14: 30.03.-03.04.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	<b>"MSC Fischstäbchen-Burger (1,3,4,6,9,10) zum selber bauen, Remoulade (2,6,11), Salat und Würfelkartoffeln"</b> 	<b>Gemüse-Couscous-Pfanne mit Quark (1,7)</b>	<b>Falafelbällchen (1,11) mit Parboiled Reis, Salat und Joghurt-Minz-Dip (7)</b>	<b>Ravioli mit Käsefüllung (1), dazu gebratenes Gemüse, Kirschtomaten, Pesto (6,7,9), Rucola und Parmesan (7)</b>	<b>Karfreitag</b>
II	<b>"Veggie-Burger (1,3,6,9,10) zum selber bauen, Remoulade (2,6,11), Salat und Würfelkartoffeln"</b>				<b>Karfreitag</b>
<b>Salat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>
<b>Dessert</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Pudding (7)</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.**

**Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.**

### ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (1 = Weizen, 1a = Roggen, 1b = Gerste, 1c = Hafer, 1d = Dinkel, 1e = 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 15: 06.04.-10.04.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>I</b>	<b>Ostermontag</b>	<b>Chili sin Carne mit Vollkornbaguette (1,9) und Schmand (7)</b>	<b>Gemüsecurry mit Kokosmilch und dazu Basmati Reis</b>  	<b>Orientalische Linsensuppe aus roten Linsen mit Petersilie und Fladenbrot (1)</b> 	<b>Spirelli (1) mit Käsesahne-Sauce (7)</b>
<b>Salat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>	<b>Frischer Beilagensalat</b>
<b>Dessert</b>	<b>Saisonales Obst</b>	<b>Pudding (7)</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.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.



# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 16: 13.04.-17.04.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	<b>Kartoffelcremesuppe mit Mehrkornbaguette (1)</b> 	<b>Rosmarin-Kartoffeln mit Sour Cream (7) und dazu Tomaten-Gurken-Salat</b> 	<b>Backfisch (1,4) mit Salzkartoffeln, Gemüse und Zitronensauce</b>  	<b>Vegetarische Lasagne (1,7)</b>	<b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus (1,3,7)</b>
II			<b>Sellerie Schnitzel (1) mit Salzkartoffeln, Gemüse und Zitronensauce</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>Pudding (7)</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.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

### ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (1 = Weizen, 1a = Roggen, 1b = Gerste, 1c = Hafer, 1d = Dinkel, 1e = 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 VORAU!



KW 17: 20.04.-24.04.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	<b>MSC-Fischstäbchen (1,3,4) mit Kartoffelbrei (7) und Rahmspinat (7)</b> 	<b>Lasagne mit Rinderhack (1,3,7)</b> 	<b>Vollkornpasta (1) mit Grünkernbolognese und Reibekäse (7)</b>	<b>Hühnerfrikassee mit Langkorn-Reis (7,9)</b>  	<b>Vollkorn-Pasta mit Brokkoli-Sahnesauce (1,7)</b>
II	<b>Veggi Nuggets (1,3) mit Kartoffelbrei (7) und Rahmspinat (7)</b>	<b>Gemüselasagne (1,3,7)</b>		<b>Gemüsefrikassee mit Langkorn-Reis (7,9)</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>Pudding (7)</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.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

1 Gluten!

Haselnu






# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 18: 27.04.-01.05.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Eieromlette mit Kartoffelpüree und Rahmspinat (3,7) 	Nudelauflauf mit Brokkoli in Sahnesauce mit Mozzarella überbacken (1,7)	Käse-Lauch-Hack Suppe (7) mit frischem Baguette (1) 	Tomaten-Paprika-Reis mit Veggie-Gyros (Weizen), Krautsalat und Tsatsiki (7) 	Mai Feiertag
II			Käse-Lauch Suppe (7) mit frischem Baguette (1)		Mai Feiertag
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.

Fisch Erzeugnisse sind immer MSC/ASC zertifiziert.

### ALLERGENE

1 Glutenhaltiges Getreide (1 = Weizen, 1a = Roggen, 1b = Gerste, 1c = Hafer, 1d = Dinkel, 1e = 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