








SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



GYMNASIUM

KW 26: 22.06.–26.06.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Hamburger (Rind) (1,6) mit frischen Eisberg, knackiger Tomate, Kartoffelecken und Ketchup (1,10)  	Fischfrikadelle (1,4) mit Kartoffel-Möhren-Stampf (7) und Rahmsauce 	Makkaroni-Bolognese-Auflauf (Rind) 1,7,9 	Geflügelbällchen nach Königsberger Art (1,3) mit Salzkartoffeln und Kapernsauce (7,10) 	Kartoffelpuffer mit Apfelmus (1,3) 
II	"Veggie-Burger (1,3,6,9,10) zum selber bauen, Ketchup (2,6,11), Salat und Kartoffelecken" 	Linsenbolognese mit Spirelli (1) 	Karottenschnitzel (1,3,11) mit Kartoffelstampf (7), Bratensauce und Erbsengemüse	Chili sin Carne mit Vollkornbaguette (1,9) und Schmand (7)	Vegetarische Tortellini Pfanne mit Brokkoli, Kirschtomaten, Paprika und Kräuterfrischkäse-Sauce (1,7)
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Kräuterquark (7),	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












SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



GYMNASIUM

KW 27: 29.05.-03.07.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Backfisch (1,4) mit Kartoffelbrei (7) und Möhrensalat und Remoulade 	Möhren-Kartoffel-Eintopf mit Fladenbrot (1) 	Eierpfannkuchen mit Apfelmus und Zimt & Zucker (1,3,7)	Tomaten-Paprika-Reis mit Hähnchengyros, Krautsalat und Tsatsiki (7)  	Fleischkäse (1,3,7) mit Spiegelei (3) und Kartoffelsalat (10) 
II	Vegetarische Lasagne (1,7)	Herzhafte Gemüsekugeln (1,3) mit Butter-Maiskolben-Vierteln, Kartoffelbrei (7) und Petersilie	"Nurreis mit Möhren-Gulasch (mit Möhren, Kartoffeln, Zwiebeln und Sellerie) "  	Pasta (1) mit Soja-Lauch-Käse Sauce (6,7)	Konfetti-Reis mit Erbsen, Mais, Paprika und Tomatensoße (9)  
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.

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