





SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 3: 12.01. – 16.01.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Geflügelfrikadelle (1,3) mit Erbsen und Möhren dazu Kartoffelpüree (7) 	Fischfrikadelle (1,4) mit Kartoffel-Möhren-Stampf (7) und Rahmsauce 	Hühnereintopf mit Nudelneinlage (1,9)	Kartoffel-Kürbis-Hack-Auflauf (7) 	Fleischkäse Geflügel (1,3,7) mit Spiegelei (3) und Kartoffelsalat (10) 
II	Chili sin Carne mit Vollkornbaguette (1,9) und Schmand (7)	Vollkorn-Pasta mit Brokkoli-Sahnesauce (1,7)	Gemüsefrikassee mit Naturreis (7,9) 	Gemüse-Couscous-Pfanne mit Quark (1,7)	Milchreis mit Apfelmus und Zimt & Zucker (7) 
Salat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat	Frischer Beilagensalat
Dessert	Saisonales Obst	Pudding (7)	Saisonales Obst	Saisonales Obst (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.

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!



KW 4: 19.01.–23.01.2026

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Hähnchen-Keule mit Bratensauce, Blumenkohl und Kartoffelpüree (7)  	Königsberger Klopse (Geflügel) (1,3) mit Salzkartoffeln und Kapernsauce (7,10) 	Hühnerfrikassee mit Langkorn-Reis (7,9)  	Makkaroni-Bolognese-Auflauf (Rind) 1,7,9 	Geflügelbratwurst (1,3) mit Kartoffelecken und buntem Salat, Joghurt-Dressing (7) 
II	Falafelbällchen (1,11) mit Parboiled Reis, Salat und Joghurt-Minz-Dip (7)	Kartoffel-Kürbis-Auflauf (7) 	Spinatlasagne (1,7)	Pasta (1) mit Soja-Lauch-Käse Sauce (6,7)	Kaiserschmarrn mit Apfelmus (1,3,7)
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.

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