



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 45: 03.11.–07.11.2025

	MONTAG	DIENTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Chili con Carne (6,9) für Kinder mit Baguette und Schmand 	Fischfrikadelle (1,7,10) Kartoffelpüree (7,12) Gurkensalat dazu Remoulade (3,7) und Ketchup 	Tomatencremesuppe (7) mit Suppennudeln (1) und Baguette (1)	Bratreis mit Ei und Hähnchenstreifen (3) und Süß-Saure-Sauce  	Ofenkartoffel, Hähnchenstreifen mit Paprikastreifen, Kräuterdip (7), Salat und Joghurt-dressing (3,7)  
II	Pasta (1) mit Basilikum-Pesto (7,8), Hirtenkäse (7), Kirschtomaten und Rucola	Falafelbällchen (1), Couscous (1), Tomaten-Gurkensalat und Kräuterquark (7)	Milchreis (7) mit Apfelmus und Zimt und Zucker 	Kürbissuppe mit knusprigen Kichererbsen und Baguette (1)  	Gemüsefrikadelle (1,3) und Kartoffel-Karotten-Gratin (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.Nitritpöckelsalz,Nitrat h.Phosphat i.Gewachst j.Farbstoff



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 46: 10.11. – 14.11.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	MSC-Fischstäbchen (1,3,4,10), mit Rahmspinat(7) und Kartoffelpüree(7) 	Kartoffel-Kürbis-Hackfleisch Auflauf (7)  	Pasta (1) Bolognese (9)  	Mediterranes Ofengemüse, dazu Kräuterschmand (7) und Kartoffeln 	Hähnchenbrust mit Tomaten Käse überbacken (7) Gemüse-CousCous (1) und Petersilie-Joghurt (7) 
II	Fussili (1) mit Käse-Sahnsauce (1,7) und Parmesan	Kartoffeltasche (1,3) gefüllt mit Kräuterfrischkäse (7) und Möhren-Kohlrabi Gemüse und Kräutersauce	Gemüsecurry (Paprika, Brokoli, Möhren) (7) dazu Reis 	Kaiserschmarn (1,3,7) mit Apfelmus und Zimt & Zucker	Rührei (3) Rahmspinat (7) und Kartoffeln 
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



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 47: 17.11.–21.11.2025

	MONTAG	DIENTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Pasta (1) mit Sojabolognese (6,9)	Hähnchenkeule mit Rotkohl dazu Kartoffeln und dunkle Sauce   	Weißkohlentopf mit Rinderhackfleisch dazu Kartoffeln   	Bauernfrühstück mit Ei (3), Kartoffeln, Petersilie und Kräuterquark (7) 	Backfisch (1) mit Kartoffel-Gurken-Salat und Remoulade (1,7) 
II	Chili Sin Carne (6,9) für Kinder mit Reis  	Kartoffelsuppe (7,9,10) mit Karotten und Kartoffelwürfel und Baguette (1)	Kartoffel-Kürbis Auflauf (7) 	Schupfnudel-Gemüse-Pfanne (1,3) mit einer fruchtiger Tomatensauce	Eierpfannkuchen (1,3,7) mit Apfelmus und Zimt & Zucker
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



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 48: 24.11.–28.11.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Vegetarische Ravioli (1) mit Pesto-Sahne-Sauce (1,7)	Hähnchenbrust, Rotkohl, Kartoffelpüree (7) und dunkle Sauce  	Rindergulasch mit Nudeln (1)  	Geflügelfrikadelle (1,3), Steckrüben-Kartoffel-Püree (7), Rahmsauce und Möhrensalat 	Käse-Lauch-Creme Suppe (7) mit Fladenbrot (1)
II	Kartoffelpuffer (1) mit Apfelmus 	Schupfnudelpfanne (1) mit Kürbis, Möhren und Paprika dazu Kräuterrahm (7)	Steckrüben-Kartoffeleintopf und Baguette (1) 	Brokkolicremesuppe (7) mit Kartoffelwürfel und Bauette (1)	Gemüsebolognese (9) mit Nudeln (1) 
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



SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!



KW 49: 01.12. – 05.12.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
I	Chickenburger (1), Eisberg, Tomato, Gouda (7) und Ketchup (1,11) dazu Wedges und Ketchup 	Pasta (1) mit Tomatensauce und Geflügel-Hackbällchen 	Linseneintopf mit Geflügel-wurstchen und Baguette (1) 	Backfisch (1,3,4,10), Kartoffelbrei (7) und Möhrensalat 	Geflügelfrikadelle (1,3), Wirsingrahm und Kartoffelpüree (7) 
II	Veggie-Burger (1), Eisberg, Tomato, Gouda (7) und Ketchup (1,11) dazu Wedges und Ketchup	Vegetarischer Döner, Fladenbrot (1,11), Falafel (1), Krautsalat, Tomaten-Gurken, Joghurtsauce (7)	Blumenkohl-Brokkoligratin (7) mit Sauce Hollandaise (3,7) und Kartoffelecken 	Gratinierter Cannelloni (1,7) mit Ricotta (7) und Spinat gefüllt, dazu fruchtige Tomatensauce	Käsespätzle (1,3,7) und Röstzwiebeln
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