



Speiseplan 24.11. – 28.11.2025



Montag	Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse, Pesto, leckeren Saucen und Käse) A' B C E I J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst Variation A B C E I J K
Dienstag	Omas Erbseneintopf mit Wurzelgemüse und Kartoffelwürfeln, dazu Geflügel- oder vegane Würstchen, frisches Baguette und Petersilie A' B C J Risotto Cremiges Risotto mit Parmesan, Butter, Kürbis und Erbsen B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Grießbrei mit Erdbeermark A B C E I J K
Mittwoch	Glacierter Putenbraten mit Bratenjus, dazu Blumenkohl mit Bröselbutter und Kartoffelkroketten A' B C J Vegetarisch: Leckere Quinoabratlinge mit Frischkäsedip, dazu Preiselbeeren, Rosenkohl und Kartoffeln A' B C J	Salat, Dressing (2,6,11) / Obstsalat (wahlweise mit Nüssen) A B C E I J K
Donnerstag	Herbstliche Wirsingpfanne mit Steckrübe, Gemüse, dazu Sour Cream, und Reis (ohne Sour Cream vegan) B C J Alternativ: Gebackene Mini-Camemberts und Goudasticks, dazu Preiselbeeren, Salatbeilage, Gemüseauswahl, Brot und Kartoffeln A' B C E I J K	Salat, Dressing (2,6,11) / Herbstlicher Obst-Crumble mit Vanillasauce A B C E I J K
Freitag	In grosser Panade gebackener Lachs oder Brokkoli-Nuss Ecken, dazu Zitrone, Dip (2,6,11), frisches Gemüse, Röstkartoffeln oder Polenta A' B C F I J	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst A B C E I J K

Allergiker bitte VOR dem Essen am Tresen melden! Laktosefreie Milch und glutenfreie Pasta sind leider noch nicht Bio.

H-Milch, Reis, Milchreis, Farfalle, Spaghetti, Penne, Fusilli, Bulgur, Tofu, Spinat, Erbsen, frische Möhren sind für Euch immer in BIO Qualität, biozertifiziert durch DE-ÖKO-039 (GfRS)



Jörg Wieckenberg, Okan Saiti und das gesamte mammias canteen-Küchenteam wünschen allen Schülerinnen und Schülern, sowie Kolleginnen und Kollegen einen guten Appetit und ein erfolgreiches Schuljahr!

© Jörg Wieckenberg 2025

Änderungen behalten wir uns vor ;-)