



# Sommerferien - Speiseplan

## 20.07. – 24.07.2026

### Ferienhandy 0171 – 759 77 24



<b>Montag</b>	Blumenkohl - Käsemedaillons, dazu Rahmmöhren und Kroketten <i>BCEJ</i>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>ABCEII-9JK</i>
<b>Dienstag</b>	„Pasta Bolognese“ (Rindfleisch) mit Tomaten, Gemüsewürfeln und Reibekäse <i>A<sup>1</sup>BCJ</i> vegetarisch: Pasta mit Tomatensauce und Gemüsewürfeln dazu Pesto und Reibekäse <i>A<sup>1</sup>BCJ</i>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Schokopudding <i>ABCEII-9JK</i>
<b>Mittwoch</b>	Kaiserschmarrn mit Obstsalat <i>A<sup>1</sup>BC<sup>1-9</sup>J</i>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Obst <i>ABCEII-9JK</i>
<b>Donnerstag</b>	Kroatische Cevapcici vom Rind mit Zaziki, Paprikasauce und Reis <i>BCJ</i> vegetarisch: Falafel mit Gemüse, dazu Zaziki, Tomatensauce und Reis <i>BCHj</i>	Salat, Dressing (2,6,11) / viel Knabbergemüse/ Obst <i>A<sup>1</sup>BCCEII-9JK</i>
<b>Freitag</b>	Gebackenes Fischfilet mit Sauce Tatar (2,6,11), Gemüse und Salzkartoffeln vegetarisch: Käseschnitzel mit Sauce Tatar (2,6,11), Gemüse und Salzkartoffeln <i>A<sup>1</sup>BCFJ</i>	Salat, Dressing (2,6,11) / Knabbergemüse / Grießbrei mit Fruchtsauce <i>A<sup>1</sup>BCCEII-9JK</i>

**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 mamas 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 ;-)