



# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!

KW 43: 19.10. – 23.10.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
<b>Buntes Hähnchencurry mit Reis</b>  	5,6,7,9,10,11	<b>Fischfiguren mit Kartoffelpüree und Gurkensalat</b> 	1,3,4,7,9,10	<b>Kartoffel-Hähnchen-Auflauf mit knackigem Salat</b>  	3,7,10	<b>Tomatencreme-Suppe mit Hackbällchen und frischem Baguette</b> 	1,3,7,10	<b>Cordon Bleu mit Rahmsauce, Blumenkohl und Kartoffelpüree</b>  	7
<b>Back-Camembert mit Salzkartoffeln und Spinat</b>	1,7	<b>Serviettenknödel mit Pilzsoße und Salat</b>	1,3,7	<b>Vollkorn-Nudeln mit Pesto und Reibekäse</b>	1,7,8	<b>Tomatensuppe mit Muschel-nudeln und Vollkornbaguette</b>	1,7,9,10 (ca)	<b>Falafelbällchen, Parboiled Reis, Salatmix und Joghurt-Minz-Dip</b>	1,3,6,7,9,10

KW 44: 26.10. – 30.10.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
<b>Makkaroniaufbau mit Putenschinken und Sahnesauce</b> 	1,7,9	<b>Pizza Tag</b>	1,7	<b>Kartoffel-Lachs-Auflauf</b>  	3,7,9,10	<b>Kartoffelsuppe mit Pastrami</b>  	1,9	<b>Lasagne Bolognese</b> 	1,3,7,9
<b>Käse Makkaroni dazu Tomatenketchup</b>	1,7,9,10	<b>Pizza Tag (vegetarisch)</b>	1,7	<b>Gemüse-Dino mit Buttermöhren und Reis</b>	1,3,7,9,11	<b>Kartoffelsuppe</b> 	1,9	<b>Eieromelette mit Kartoffelpüree und Rahmspinat</b> 	3,7

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, 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. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff



# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!

KW 45: 02.11.–06.11.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Hähnchenbrust mit Rahmsauce, Kaisergemüse und Kartoffelpüree  	7	Currysuppe mit gelben Linsen  	1	Hot Dog (Geflügel) zum selber belegen (2x) 	1,3,7,9,10,11	Fischstäbchen mit Kartoffelpüree und Rahmspinat 	14,7	Kumpir mit feinen Hähnchenstreifen, Quark und frischem Salat  	7
Gemüse-Frikadellen mit Kräutersauce, Blumenkohl und Kartoffelpüree	1,3,7	"Tag der Schulpflege" Hamburgische Arbeitsgemeinschaft für Gesundheitsförderung e.V.	1	Vegetarischer Hot Dog zum selber belegen (2x) 	1,3,7,9,10,11	Möhren-Kartoffel-Kohrabi Eintopf mit Baguette	1,9,10 (d)	Kaiserschmarrn mit heißen Kirschen	1,3,7

KW 46: 09.11.–13.11.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Gebratene Hähnchenbrust mit buntem Butter-Gemüse und Nudeln 	1,7	Geflügelbratwurst mit Kartoffelbrei, dazu bunter Salat mit Joghurt-Dressing  	7	Rinderhackbraten, Salzkartoffeln, Erbsen und dunkle Sauce 	1,3,7,9,10	Backfisch, Kartoffelbrei und Möhrensalat 	1,7	Wrap zum Selbermachen, Putenbrust, Salatmix und American Dressing 	1,7,10 (b,g)
Schleifennudeln mit Sahnesauce, Erbsen und Möhrchen	1,7	Grießbrei mit Pfirsichkompott	1,7	Pasta mit Käsesauce 	1,7	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, dazu Kräuterquark und ein bunter Salat	7	Wrap zum Selbermachen, Hirtenkäse, Salatmix und American Dressing	1,7,10 (b,g)

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, 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. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff



# SPEISEPLAN

## KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!

KW 47: 16.11.–20.11.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
<b>Puten-Cordon-bleau mit Pellkartoffeln und Kullererbsen</b> 	1,7	<b>Hähnchengeschnetzeltes mit Champignons und Schnittlauch, dazu Rösti</b>  	7	<b>Seelachsfilet in Rahmsauce und Pasta</b> 	14,7	<b>Kartoffel-Lauchcremesuppe mit Hackfleisch</b>  	7,910	<b>Nudelaufwurf mit Rinderhackfleisch</b> 	17,910
<b>Gemüsefrikassee mit Naturreis</b> 	3,7,9,10 (cd)	<b>Bunter Spätzleauflauf</b>	1,3,7	<b>Djuvec Gemüse mit Kichererbsen, Reis und saurer Sahne</b> 	7	<b>Kartoffel-Lauchcremesuppe</b> 	7,910	<b>Gemüsefrikadellen mit Gemüse-Reis und Tomatensoße</b> 	1,310

KW 48: 23.11.–27.11.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
<b>Hähnchen-Dinos mit Blumenkohl und Kartoffelbrei</b>  	7	<b>Vollkorn Pasta alá Bolognese</b> 	1,7,9	<b>Knusprige Fischfiguren mit Kartoffelbrei und Möhrchen</b> 	14,710	<b>Kichererbsen-Tomateneintopf mit Geflügelhackbällchen</b>  	1,9	<b>Würstchengulasch mit Penne</b> 	1,7, (cd)
<b>Rührei mit Spinat und Kartoffelpüree</b> 	3,7	<b>Gemüsemaultaschen in Rahmsauce mit Wurzelgemüse</b> 	1,3,9	<b>Gemüsebolognese mit Vollkornnudeln</b> 	1	<b>Kichererbsen-Tomateneintopf</b> 	1,9	<b>Milchreis mit heißen Beeren</b> 	7

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, 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. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff



# SPEISEPLAN

KAPITÄN SCHULSEN: IMMER FRISCH VORAUSS!

KW 49: 30.11.-04.12.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Fish `n chips mit Kräuterquark 	1,3,4,7	Asiatische Nudelsuppe mit Geflügelstreifen  	1,6,9,10,11	Puten-Döner mit Fladenbrot, Kräuterquark und Salat 	1,7,11	Chickennuggets mit Kräuter-Dip, Kartoffelecken und Buttermöhren 	1,7	BIO-Hühnerfrikassee mit Langkorn-Reis 	1,7
Vollkorn Pasta mit Brokkoli-Sahnesoße	1,7	Blumenkohl-Käse-Medaillon mit Rahmsauce, Gemüsejulienne und Pellkartoffeln	1,7,9	Weizen-Gyros mit Fladenbrot, Salat und Kräuterquark	1,3,6,7,9,11	Gemüsenuggets mit Kräuter-Dip, Kartoffelecken und Buttermöhren	1,7	Pilzgeschnetzeltes mit Champignons und Schnittlauch, dazu Rösti 	7

KW 50: 07.12.-11.12.2020

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	

1 Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, 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. Geschwärtzt e. Süßungsmittel f. Geschwefelt g. Nitritpöckelsalz, Nitrat h. Phosphat i. Gewachst j. Farbstoff