



# Speiseplan STS Bergedorf



05.01.- 09.01.2026	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen I</b>	<b>Aloo Gobi</b> Blumenkohl-Kartoffelcurry mit Ingwer und Koriander, dazu wahlweise gegrillte Ananas, Jasminreis A <sup>1</sup> B C J	Chili Con oder Sin Carne mit Rinderhack oder Bio-Soja oder Linsen (vegan), Bohnen, Tomaten und Mais, dazu Schmand, Koriander, Reis und Baguette A <sup>1</sup> B C H J	MSC-Fischfilet oder Backfisch mit Sauce Hollandaise, dazu eine große Gemüseauswahl und Kartoffelpüree A <sup>1</sup> B C E F	<b>Gnocchi Variationen</b> natur oder mit Gouda gratiniert, dazu Kürbis-Karottengemüse, Pesto und Tomatensauce A <sup>1</sup> B C E J	Österreichischer Germknödel mit Mohn-Staubzucker, Kirschkompott und Vanillasauce A <sup>1</sup> B C E
<b>Essen II</b>	Pasta Variationen mit Frischkäsesauce, dazu winterliches Gemüse, Petersilienpesto und Sonnenblumenkerne A <sup>1</sup> B C J	<b>Salatbar</b> Knackige Salate und Dressings (2,6,11) zum Selber zusammenstellen dazu Vollkornbaguette A <sup>1</sup> B C E J K	Blumenkohl- und Karotten-Sesamsticks mit Sauce Hollandaise, Gemüseauswahl und Salzkartoffeln A <sup>1</sup> B C E J	Geschmorter Hirtenkäse, dazu Tomatensauce, Blattspinat oder Gemüseauswahl und Pilawreis B C J	Winterlicher Weißkohl-Möhren Eintopf mit Kartoffelwürfeln, Gemüse und Petersilie, dazu Brot (vegan) A <sup>1</sup> B C J
<b>Salat</b>	Tomate-Mozzarella mit Basilikum B C	Mexikanischer Salat mit Koriander (vegan)	Kopfsalat mit Zitronensahne B C J K	Rote Bete Rohkost (vegan)	Salat B C E J K
<b>Obst/Dessert 1,00 €</b>	Erdbeerjoghurt B C	Obstsalat	Karamellpudding mit Fruchtmark B C	Rote Grütze mit Zimtsahne B C	Obst / Dessert

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

Zusätzlich zum Speisenangebot bieten wir wenn möglich ein Pastabuffet mit leckerer Pasta, verschiedenen Saucen, Pesto, Gemüse und Käse an.

**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)**



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

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

© Jörg Wieckenberg 2026