



Speiseplan STS Bergedorf



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

© Jörg Wieckenberg 2026