



Speiseplan STS Bergedorf



12.01. – 16.01.2026	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen I	Plow Georgisches Schmorgericht mit Putenfleisch, Karotten und Reis, dazu Schmand <small>A' B C E F K J</small>	Omas Frikadelle (Rind) mit Zwiebeljus, gestovten Bohnen oder Kohlrabi, dazu Petersilienkartoffeln <small>A' B C E J</small>	Brokkoli- Blumenkohlgratin mit Sauce Mornay oder Bröselkruste, dazu Kartoffelkroketten oder Rosmarinkartoffeln <small>A' B C E J</small>	2 Hot Dogs (Schwein, Geflügel oder vegan) zum selber belegen, dazu Röstzwiebeln, Gurken, Saucen (2,6,11) und eine große Salatauswahl <small>A' B C E J K</small>	MSC-Seelachsfilet oder Gemüse- Knusperschnitzel, dazu Zitrone, Sour Cream, Paprikapfanne und Kräuterreis <small>A' B C E J L</small>
Essen II	„Mercimek“ Passierte türkische rote Linsensuppe mit Kartoffeln und Gemüse, dazu Vollkorn-Baguette (vegan) <small>A' J</small>	Eier in Senfsauce, dazu Blattspinat und Salzkartoffeln <small>A' B C E J K</small>	Rotes Thai-Curry mit viel Gemüse, Sojasprossen und Kokosmilch, dazu gebratenen Tofu, Koriander und Reis (vegan) <small>H I J L</small>	Schupfnudelpfanne mit Wintergemüse, Haselnüssen, frischen Kräutern und Limettenschmand <small>A' B C E J K</small>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs- Essen -
Salat	Salat mit Sylter Dressing (2,6,11) <small>B C J K</small>	Bohnensalat <small>J</small>	Gerstoni-Tabouleh Salat mit Hirtenkäse <small>A' B C</small>	Apfel-Möhrensalat mit Orange und Nuss <small>I</small>	Cole Slaw Salat <small>B C E J</small>
Obst/Dessert 1,00 €	Bananenquark mit Schokostreuseln <small>B C</small>	Hausgemachte Shakes (vegan) <small>B C</small>	Grießbrei mit Himbeermark <small>A' B C</small>	Obst / Dessert -	Hausgebackener Kuchen <small>A' B C E K</small>

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