



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

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