



# Speiseplan



06.07. – 10.07.2026	Montag	Dienstag	Letzter Schultag	I. Ferientag	Freitag
<b>Essen I</b>	<b>Pastabar</b> (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse und leckeren Saucen) <i>A' B C E F II-4 J</i>	Currywurst (Schwein, Geflügel oder Veggie) mit Currysauce, Currypulver, Alibigemüse ☺ und Pommes Frites oder Kartoffelspalten <i>B C E / J K</i>	Überraschungs-Essen ☺	Heute bleibt die mamas canteen geschlossen	Sommerferien
<b>Essen II</b>	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -	„Grab a snack“ Verschiedene Gerichte als Überraschungs-Essen -	Wir wünschen allen „Großen“ und „Kleinen“ tolle und vor allem erholsame Sommerferien ☺	
<b>Salat</b>	Salat mit Sylter Dressing <i>B C / J K</i>	Rohkostsalat -	Salat <i>A' B C E II-4 J K</i>	Wir freuen uns auf Euch im neuen Schuljahr	
<b>Obst/Dessert</b>	Wassermelone -	Dessert/Obst -	Dessert/Obst -	Eure mamas canteen	

Salat oder Obst/Dessert in Essen I oder II inbegriffen.

Änderungen behalten wir uns vor ;-)

**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