



Speiseplan



06.07. – 10.07.2026	Montag	Dienstag	Letzter Schultag	I. Ferientag	Freitag
Essen I	Pastabar (Bedient Euch selbst an der Pastabar mit verschiedenen Nudelsorten, Gemüse und leckeren Saucen) <i>A¹ B C E F II-4 J</i>	Currywurst (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
Essen II	„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 ☺	
Salat	Salat mit Sylter Dressing <i>B C J K</i>	Rohkostsalat -	Salat <i>A¹ B C E F II-4 J K</i>	Wir freuen uns auf Euch im neuen Schuljahr	
Obst/Dessert	Wassermelone -	Dessert/Obst -	Dessert/Obst -	Eure mamas canteen	

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

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