

MENÜPLAN 03.11.-07.11.2025

Bistro Freitag von 06.30 – 09.30 und 10.00 - 13.30 Uhr | Mittagsverpflegung Freitag von 11.30– 13.00 Uhr

Änderungen vorbehalten.  DE-ÖKO-072 Folgende Zutaten benutzen wir ausschließlich in Bio-Qualität: Kartoffeln, Möhren, Rotkohl, Fenchel, Gelbe Bete, Rote Bete, Ringel-Bete, Hokkaidokürbis, Tofu

L = Laktosefrei    G = Glutenfrei    S = Schwein     = Vegan     = Vegetarisch     = Klimateller

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                   | Täglich                                                                                                                                                                    |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | L G Mexicanische Maissuppe                                                                       | L G Lauchcremesuppe                                                                             | L G Kürbiscremesuppe vom Bio-Hokkaidokürbis                                       | L G Erbsensuppe mit frischer Minze                                                                                                           |                                                                                                                                                                   | Tagessuppe<br>Klein € 1,85<br>Groß € 4,30                                                                                                                                  |
| 1  |                                                                                                                                                                                                                                                                    | Afrikanisches Kichererbsen Ragout mit Spinat und Gemüse in Erdnussauce auf Bulgur  <br>L € 6,50 | MSC Matjesfilets mit Bratkartoffeln von Bio-Kartoffeln und Apfel-Zwiebelsauce <br>G € 7,50                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                            |
| 2A | Veganes Soja-Pfannengiros von Bio-Soja mit Djuvecreis und Pfannengemüse  <br>L G € 7,50          | Pasta mit frischen Kräutern in Käsesauce, belegt mit karamellisierten Tomaten<br>€ 6,00                                                                                          | Orientalisches Linsengemüse mit Falafel und hausgemachtem Chutney  <br>L G € 7,50 | Frisches, gebratenes Gemüse (mit Bio-Möhren und Bio-Hokkaidokürbis) an pikanten Röstkartoffeln von Bio-Kartoffeln und Salsa2  <br>L G € 7,00 |                                                                                                                                                                   | Gemischter Salatteller mit Dressing<br>100 g = € 1,60                                                                                                                      |
| 2B | Vegetarisches Gemüsegratin mit buntem Gartengemüse, Kartoffeln und Béchamelsauce  <br>€ 7,00 | Buntes Linsengemüse belegt mit Schinkenkochwurst 1,2,4,5,8 und Bio-Kartoffeln Zucker + Essig zum selber nehmen<br>L G S € 7,00                                                                                                                                      | Gratinierter Hirtenkäse auf buntem Gemüse und Kräuterpasta  <br>€ 7,50        | Hausgemachte Käsespätzle mit Schmorzwiebeln<br>€ 7,00                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   | Currywurst1,2,4,5,8 mit scharfer Gewürzketchup-sauce7 und Pommes frites<br>L G S € 7,00                                                                                    |
| 3  | Knusprig gebratenes Hähnchenfleisch auf Asia-Gemüse in Sojasauce und Duftreis <br>L € 7,90                                                                                      | Im Teig gebackene Seelachsstreifen mit Currygemüse in Rahm auf Jasminreis <br>€ 9,00                                                                                             | Frikadelle vom Rind und Schwein mit Erbsen + Bio-Möhren, Stampfkartoffeln von Bio-Kartoffeln und Bratensauce<br>S € 7,00                                                                                                                                | Thüringer Bratwurst5,8 mit Sauerkraut, Stampfkartoffeln von Bio-Kartoffeln und Bratensauce<br>G S € 7,50                                                                                                                                                                                                           | MSC Wildlachs auf Pasta mit Tomaten und Zucchini in Limettensauce <br>€ 9,50 | vegane Currywurst1 mit pikanter Gewürzketchup-sauce7 und Pommes frites <br>L G € 7,50 |
|    | Karamellpudding1 mit Mandeln<br>G € 1,70                                                                                                                                                                                                                           | Birnencrumble<br>€ 1,70                                                                                                                                                                                                                                             | Grißpudding mit Erdbeersauce<br>€ 1,70                                                                                                                                                                                                                  | Himbeer-Kokos-Trifle<br>L € 1,90                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   | kleines Dessert<br>€ 1,00                                                                                                                                                  |
|    | Beeren-Quarkspeise<br>G € 1,40                                                                                                                                                                                                                                     | Pfirsich- Quarkspeise<br>G € 1,40                                                                                                                                                                                                                                   | Fruchtmix-Quarkspeise<br>G € 1,40                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                            |

1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Nitritpökelsalz 4) mit Antioxidationsmittel 5) mit Geschmacksverstärker 6) geschwärzt 7) mit Süßungsmittel 8) mit Phosphat

Hinweise zu Allergenen finden Sie auf unserer Webseite bzw in unserer Mappe die an der Kasse ausliegt

Haben Sie Fragen oder Anregungen - sprechen Sie uns an! Gerne auch unter Rufnummer 040/428405381 oder per Email: [Jens.Carstensen@bsw.hamburg.de](mailto:Jens.Carstensen@bsw.hamburg.de)    Webseite: [www.kantine-wilhelmsburg.de](http://www.kantine-wilhelmsburg.de)    Pächter: Jens Carstensen