



# Speiseplan

vom 09.09.2024 bis 13.09.2024



## Montag

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <b>Menü 1</b><br>Frikadelle<br>„Western Style“ (1,3,9,10)<br>(Schwein oder Geflügel)<br>Wedges<br>BBQ-Soße (9,10)<br><br>Gemüse/Salatbeilage/Dessert | <b>Menü 2</b><br>Schwäbische (1,3,9)<br>Maultasche (Hackfleisch-<br>füllung vom Schwein)<br>Kartoffelsalat<br>Rahmsoße (7,9,10)<br><br>Gemüse/Salatbeilage/Dessert | <b>Vegetarisches Menü</b><br>Soja-Paprika-<br>Rahmgeschnetztes<br>(1,6,7)<br>Reis<br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Salatteller</b><br>frei nach<br>Wahl<br>am<br>Salatbuffet |
|--|--|---|--|

## Dienstag

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
| <b>Menü 1</b><br>„Ardeyer“<br>Landhähnchen<br>Nudeln (1)<br>Geflügelsoße (10)<br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Menü 2</b><br>Chili con Carne (Rind)<br>Reis<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Vegetarisches Menü</b><br>Folienkartoffel<br>Sour Cream (7)<br>geriebener Gouda (7)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Salatteller</b><br>frei nach<br>Wahl<br>am<br>Salatbuffet |
|---|---|--|--|

## Mittwoch - Schnitztag

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>Menü 1</b><br>Hähnchenschnitzel (1)<br>Kartoffelgratin (7)<br>Currysoße (1,7)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Menü 2</b><br>Schweineschnitzel (1)<br>Nudeln (1)<br>Zwiebelsoße (9,10)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Vegetarisches Menü</b><br>Gemüsebagel (1,9)<br>Kartoffelgratin (7)<br>Ájvar-Dip (7)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Salatteller</b><br>frei nach<br>Wahl<br>am<br>Salatbuffet |
|--|--|--|--|

## Donnerstag

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <b>Menü 1</b><br>Fischfrikadelle (1,4)<br>Kartoffelpüree (7)<br>Dillsoße (1,7)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Menü 2</b><br>italienische Nudel-<br>pfanne (1,16,17,19) mit<br>Tomate, Basilikum und<br>Landschinken (Schwein)<br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Vegetarisches Menü</b><br>Frühlingsrolle (1,9)<br>Reis<br>Tomaten-Chilisoße (1)<br><br>Gemüse/Salatbeilage<br>Dessert | <b>Salatteller</b><br>frei nach<br>Wahl<br>am<br>Salatbuffet |
|--|--|--|--|

## Freitag

|  |  |
|--|--|
| Hähnchen Dönerfleisch (*)<br>im Fladenbrot (1,11)<br>oder<br>veganes Kebab (*)<br>im Fladenbrot (1,11) | verschiedene Salate<br>und Dips<br><br>Salatbeilage/ Dessert |
|--|--|



Änderungen vorbehalten!!!

Mensa der Städt. Gesamtschule Fröndenberg/Ruhr, Im Wiesengrund 7, 58730 Fröndenberg/Ruhr

**Essenausgabe: 12:15 Uhr bis 14.00 Uhr**

\*Kennzeichnungspflichtige Zutatenliste im Aushang der Mensa