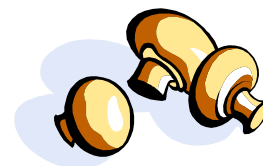


# Speiseplan

vom 10.03.2025 bis 14.03.2025



## Montag

<b><u>Menü 1</u></b> Hähnchengyros Reis oder Nudeln (1) Geflügelsoße (10) Zatziki (7) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Menü 2</u></b> Apfelstrudel (1) mit Vanillesoße (7) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Vegetarisches Menü</u></b> Spinatknödel (1,3,7) mit Rahmchampignons (7) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Salatteller</u></b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	--	---

## Dienstag

<b><u>Menü 1</u></b> Big Rib (1,3) (Geflügelhacksteak) Nudeln (1) oder Kartoffelpüree (7) Bratensoße (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b><u>Menü 2</u></b> Kartoffel- Sauerkrautauflauf (7) mit Mettwurstscheiben (Schwein) (16,17,19) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Vegetarisches Menü</u></b> bunte Schupfnudel- Gemüsepfanne (1,3) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Salatteller</u></b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	---	---

## Mittwoch

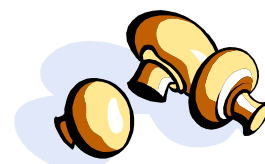
<b><u>Menü 1</u></b> Chicken Nuggets (1,9,17) Reis Chili-Mango-Dip Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Menü 2</u></b> Schweine Schnitzel (1) Nudeln (1) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Vegetarisches Menü</u></b> Gemüsenugets (1,7) Reis Sweet-Chilisoße Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Salatteller</u></b> frei nach Wahl am Salatbuffet
--	---	---	---

## Donnerstag

<b><u>Menü 1</u></b> Fischfrikadelle (1,4) Petersilienkartoffeln Kräutersoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Menü 2</u></b> Hühnerfrikassee (1,7) Reis Gemüse/Salatbeilage Dessert	<b><u>Vegetarisches Menü</u></b> Asia-Reisbällchen auf gebratenem Weißkohlgemüse süß-saurer Sesam Dip (6,11) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b><u>Salatteller</u></b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	---	--	---

## Freitag

Tortellini al Forno (1,7) (Rindfleischfüllung)	Vegetarische Tortellini al Forno (1,7) (Spinat & Käse Füllung)	Salatbeilage / Dessert
---	---	------------------------



Änderungen vorbehalten!!!

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

**Essenausgabe: 12:25 Uhr bis 14.00 Uhr**

\*Kennzeichnungspflichtige Zutatenliste im Aushang der Mensa