



Speiseplan

vom 12.01.2026 bis 16.01.2026



Montag

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Spaghetti (1) Bolognese geriebener Gouda (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Möhreneintopf (9) - Geflügelwürstchen (6,7,9,10,16) - vegetarisch Brötchen (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Spaghetti (1) - vegane Bolognese (6) - Tomatensoße (1) geriebener Parmesan (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Dienstag

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Hähnchenrahm- geschnetzeltes (7,9,10) Reis Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Fleischkäse (Schwein 16,17) Nudeln (1) Bratensoße (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Folienkartoffel Sour Cream (7) geriebener Gouda (7) Frühlingszwiebeln Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Mittwoch

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Chicken Burger (1,11) Eisbergsalat Ketchup Chili-Mango-Dip Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Blumenkohlkäse-medailon (1,3,7) im Burgerbrötchen (1,11) Eisbergsalat Ketchup Chili-Mango-Dip Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Donnerstag

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Fischfrikadelle (1,4) Gemüsereis Kräutersoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Kasslerscheiben vom Schwein Kartoffelpüree (7) Bratensoße (9,10) Sauerkraut Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Bulgur-Spinatpfanne (1) mit 2 Käse-Böreksticks (1,3,7) Minze Dip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Freitag

Pfannkuchen (1,3,7) - Nuss-Nougat (7,8) - Apfelmus - Erdbeersoße Dessert	Erbsensuppe (9) mit Mettwurstscheiben (Schwein 16,17,19) oder mit Geflügelwurstscheiben oder vegetarisch Brötchen (1)
---	--



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