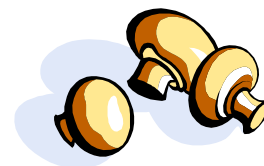


Speiseplan

vom 09.03.2026 bis 13.03.2026



Montag Wunschgerichte Q2

Menü 1 Hähnchen- geschnetzeltes (1,7) „indisch“ Reis Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Menü 2 Bockwurstchen - Geflügel (6,7,9,10,16) - Schwein (16,17,19, *) Kartoffelpüree (7) Bratensauce (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Vegetarisches Menü Frühlingsrolle (1,9) Reis Currysoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet
--	---	---	--

Dienstag

Menü 1 Frikadelle - Geflügel (1,3,9,10) - Schwein (1,9) Nudeln (1) Zwiebelsauce (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Menü 2 Kaiserschmarr'n (1,3,7) Kirschen Apfelmus Zimt/Zucker Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Vegetarisches Menü gebackener Fetakäse (7) Kartoffelgratin (3,7) pikante Tomatensauce (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	---	--

Mittwoch -Schnitzeltag-

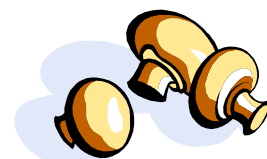
Menü 1 Hähnchenschnitzel (1) Nudeln (1) Sauce Hollandaise (1,3,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Menü 2 Schnitzel vom Schwein (1) Wedges (1) Pfefferrahmsauce (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Vegetarisches Menü geröstete Sesamkartoffeln (11) Möhren- Fenchelgemüse Frischkäse-Kräuterdip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet
---	---	---	--

Donnerstag

Menü 1 Backfisch (1,4) Reis Dillsauce (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Menü 2 Rührei (1,3,7) Speck (Schwein) (16,17,19) Kartoffeln Tomatensauce (1) Spinat (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Vegetarisches Menü buntes „Valess“- Thai Curry (1,3,7,9) Reis Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet
--	---	--	--

Freitag

Hähnchen Dönerfleisch im Fladenbrot (1) oder veganes Kebabfleisch (6) im Fladenbrot (1)	verschiedene Salate und Dips (3,7) 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