



Speiseplan

vom 16.02.2026 bis 20.02.2026



Montag

-----	Rosenmontag	beweglicher Ferientag	-----
-------	--------------------	----------------------------------	-------

Dienstag

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Big Rib (1,3) (Geflügelhacksteak) Nudeln (1) pikante Paprika-Tomatensoße (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Fleischkäse vom Schwein (16,17) Kartoffelpüree (7) Bratensoße (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	orientalische Cous-Cous-Gemüsepfanne (1) Minzedip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Mittwoch -Schnitzeltag-

<u>Menü 1</u>	<u>Menü 2</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	<u>Salatteller</u>
Hähnchenschnitzel (1) Nudeln (1) Bechamélsosse (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Schnitzel vom Schwein (1) Kartoffelgratin (7) Orangen-Pfeffersosse (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Möhren-Sesamstick (1,11) Nudeln (1) Bechamélsosse (1,7) 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	Omelette (3,7) Salzkartoffeln Tomatensoße (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Blumenkohl-Mangocurry Gemüsereis Gemüse/Salatbeilage/Dessert	frei nach Wahl am Salatbuffet

Freitag



Hot Dog (1)

- Geflügelwürstchen (16,17,19)
- vegetarische Bockwurst (6)

Gurkenscheiben / Rösti zwiebeln
Joppiesosse (1,3,9,10,15,16) / Ketchup

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