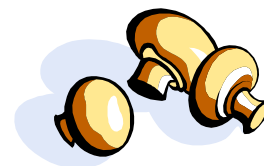


Speiseplan

vom 04.05.2026 bis 08.05.2026



Montag

<p>Menü 1 Spaghetti (1) Bolognese (9) (Rinderhackfleisch) geriebener Parmesan (7)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Menü 2 Linsensuppe (9) mit Mettwurstscheiben (Schwein) (16,17,19) Brötchen (1)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Vegetarisches Menü Spaghetti (1) - vegane Bolognese (6,9) - Tomatensoße (1) geriebener Gouda (7)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet</p>
---	---	---	---

Dienstag

<p>Menü 1 Frikadelle „Western Style“ - Geflügel (1,3,7,10) - Schwein (1,3) Wedges (1) BBQ-Soße</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Menü 2 Kartoffel- Kohlrabigratin (3,7) mit Putenschinken (Geflügel) (16,17,19)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Vegetarisches Menü „Valess“- Gemüse- geschnetztes (1,7) Spätzle (1)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet</p>
--	---	--	---

Mittwoch

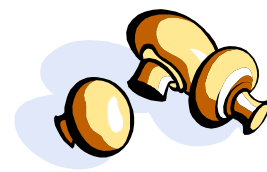
<p>Menü 1 Chicken Nuggets (1) Reis Chili-Mango-Dip</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Menü 2 Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Rahmsoße (7,9,10)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Vegetarisches Menü Gemüsenuggets (1,3,7) Reis Sweet-Chilisoße</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet</p>
--	--	--	---

Donnerstag

<p>Menü 1 Alaska Seelachsfilet (1,4) Kräuterreis Zitronensoße (1,7)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Menü 2 Omelette (3,7) Butterkartoffeln Tomatensoße (1)</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Vegetarisches Menü Blumenkohl- Mangocurry -vegan- Reis</p> <p>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</p>	<p>Salatteller frei nach Wahl am Salatbuffet</p>
---	---	---	---

Freitag

<p>Reibekuchen (3) mit Apfelmus</p> <p>Salatbeilage / Dessert</p>	<p>Nudel-Gemüsetopf (1,9) - mit Mini Geflügel- bällchen (3) Brötchen (1)</p>
---	--



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