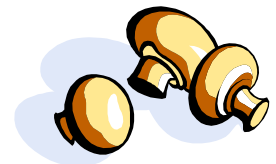


# Speiseplan

vom 18.05.2026 bis 22.05.2026



## Montag

<b>Menü 1</b> Dönerfleisch (Geflügel) Reis oder Nudeln (1) Geflügelsoße (10) Zaziki (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> Kartoffel- Spinatauflauf mit Fetakäse (3,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> Frühlingsrolle (1,9) Reis Sweet-Chili-Soße Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	---	--	--

## Dienstag

<b>Menü 1</b> Rinderhackbällchen in Tomatensoße (1) mit Käse überbacken (7) Nudeln (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> <b>Wunschessen JG 10</b> Kaiserschmarr'n (1,3,7) Kirschen Apfelmus Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> gebackener Camembert (1,7) Petersilienkartoffeln Blattsalat Preiselbeeren Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	---	---	--

## Mittwoch

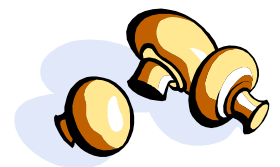
_____ _____	<b>Mündliches Abitur</b>	_____ _____	_____ _____
----------------	------------------------------	----------------	----------------

## Donnerstag

<b>Menü 1</b> Fischfrikadelle (1,4) Reis oder Kartoffelpüree (7) Kräutersoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> Maultaschen (1,3,9) -Schweinefleischfüllung - vegetarisch (Gemüse-Käsefüllung) Kartoffelsalat (3,7) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> bunte Gnocchi- Gemüsepfanne (3) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	---	--

## Freitag

<b>Farfalle (1)</b> -Tomaten-Basilikumsoße (1) - Käsesoße (1,7) - geriebener Gouda (7) - Parmesan (7) - Putenschinken (16,17,19) 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