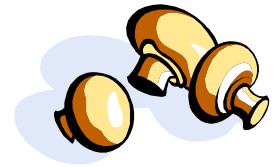


# Speiseplan

vom 29.06.2026 bis 03.07.2026



## Montag

<b>Menü 1</b> Fleischkäse gebraten - Schwein (16,17) - Geflügel (16,17) Spätzle (1) Bratensoße (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> Kaiserschmarr´n (1,3,7) Apfelmus Kirschen Zimt/Zucker Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> Mozzarellasticks (1,7) Kartoffelpüree (7) Tomatensoße (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	---	--

## Dienstag

<b>Menü 1</b> ital. Nudelpfanne (1) Basilikum und Tomaten - Landschinken (Schwein) (16,17) - Putenschinken (16,17) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> Folienkartoffel Sour Cream (7) geriebener Gouda (7) Frühlingszwiebeln Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> ital. Nudelpfanne (1) Basilikum, Kirschtomaten und mediterrane Ofengemüse Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
---	--	---	--

## Mittwoch

<b>Menü 1</b> Hähnchenschnitzel (1) Reis Currysoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Pfeffer-Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> Blumenkohl-Käsemedaillons (1,3,7) Reis Currysoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
--	--	--	--

## Donnerstag

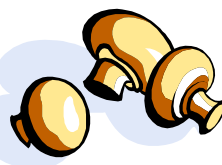
<b>Menü 1</b> Fischfrikadelle (1,4) im Burgerbrötchen (1,11) Eisbergsalat Ketchup/Remoulade Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Menü 2</b> gebratener Gemüsereis mit Ei (3) und Putenschinken (16,17,19) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Vegetarisches Menü</b> Cous Cous-Gemüsepfanne (1) Minzedip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<b>Salatteller</b> frei nach Wahl am Salatbuffet
--	---	--	--

## Freitag

### Pasta Bowl

- Linguine-Nudeln (1)
- verschiedene Gemüse nach Wahl
- Hähnchenstreifen
- Gemüsebällchen (3)
- zweierlei Soßen (1,7)
- verschiedene Toppings

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