



Speiseplan

vom 06.07.2026 bis 10.07.2026



Montag

<u>Menü 1</u> Hähnchen- geschnetztes „indisch“ (1,7) Kroketten (7) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Menü 2</u> gefüllte Paprikaschote (Hackfleischfüllung vom Schwein) (3) Reis Tomatensoße (1) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Vegetarisches Menü</u> buntes „Valess“- Gemüse- geschnetztes (1,3,7,19) Reis <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	
---	--	---	--

Dienstag

<u>Menü 1</u> Cevapcici vom Geflügel (1,3,7,10) Nudeln (1) oder Wedges (1) Geflügelsoße (10) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Menü 2</u> Germknödel (1) (Kirschfüllung) Vanillesoße (7) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Vegetarisches Menü</u> Gemüsefrikadelle (1,3) Nudeln (1) oder Wedges (1) Sauce Hollandaise (1,3,7) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	
--	--	---	--

Mittwoch

<u>Menü 1</u> Chicken Nuggets (1) Reis Chili-Mango-Dip <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Menü 2</u> Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Paprika-Rahmsoße (7,9,10) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Vegetarisches Menü</u> Gemüsenuggets (1,3,7) Reis Sweet-Chilisoße <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	
--	--	--	--

Donnerstag

<u>Menü 1</u> Kibbelinge (1,4) (Fischstücke im Backteig) Kartoffeln Kräutersoße (1,7) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Menü 2</u> Hühnerfrikassee (1,7) Reis <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	<u>Vegetarisches Menü</u> Gemüseaultaschen Spinat/Gemüsefüllung (1,3,9) Kartoffeln Rahmsoße (7,9,10) <i>Gemüse/Salatbeilage/Dessert</i>	
--	---	---	--

Freitag

**Mensa geschlossen
wegen
Betriebsausflug**



Änderungen vorbehalten!

Mensa der Städt. Gesamtschule Fröndenberg/Ruhr, Im Wiesengrund 7, 58730 Fröndenberg/Ruhr

Essenausgabe: 12:00 Uhr bis 13:00 Uhr

*Kennzeichnungspflichtige Zutatenliste im Aushang der Mensa