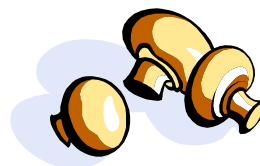


Speiseplan

vom 12.10.2026 bis 16.10.2026



Montag

<u>Menü 1</u> italienischer Nudelauf (1,7) (Rinderhackfleisch) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Menü 2</u> Kürbis- Möhreneintopf Brötchen (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Vegetarisches Menü</u> Cous Cous- Gemüsepfanne (1) Minzedip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert
---	---	---

Dienstag

<u>Menü 1</u> Hähnchen- geschnetzeltes „Tandoori“ (1,7) Reis Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Menü 2</u> Kohlroulade (1) (Schweinehackfleischfüllung) Salzkartoffeln Bratensoße (9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Vegetarisches Menü</u> Käsespätzle (1,3,7) Röstzwiebeln Blattsalat Gemüse/Salatbeilage/Dessert
--	---	--

Mittwoch - Schnitzeltag -

<u>Menü 1</u> Hähnchenschnitzel (1) Herzoginkartoffeln (7) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Menü 2</u> Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Balkansoße Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Vegetarisches Menü</u> Sesam- Möhrenstick (1,11) Herzoginkartoffeln (7) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert
---	--	--

Donnerstag

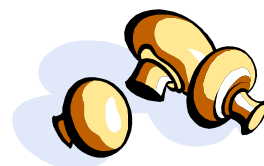
<u>Menü 1</u> Fischstäbchen (1,4) Reis Schnittlauchsoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Menü 2</u> Rührei (1,3,7) Speck (Schwein) (16,17,19) Kartoffeln Tomatensoße (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	<u>Vegetarisches Menü</u> überbackener Blumenkohl (1,3,7) Kartoffeln Schnittlauchsoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert
--	--	---

Freitag

Pizza

- Salami (Pute) (1,7,16,17)
- Hawaii (1,7,16,17,19)
(mit Geflügelschinken)
- Margherita (1,7)
- Gemüse (1,7)
- Thunfisch (1,4,7)

Salatbeilage/Dessert



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