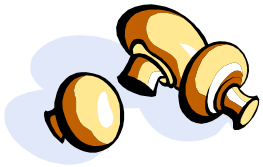


Speiseplan

vom 02.11.2026 bis 06.11.2026



Montag

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Spaghetti (1) Bolognese (9) (Rinderhackfleisch) geriebener Parmesan (7)	Käse-Lauchsuppe (1,7) mit gerösteten Kartoffelwürfel Brötchen (1)	Spaghetti (1) - vegane Bolognese (6,9) - Tomatensoße (1) geriebener Gouda (7)
Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert

Dienstag

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Geflügelbock-würstchen (16,17,19) Kartoffelpüree (7) oder Nudeln (1) Bratensoße (9,10)	Milchreis (7) Kirschen Zimt/Zucker	Semmelknödel (1,3,7) Pilzrahmsoße (7,9,10)
Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert

Mittwoch

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

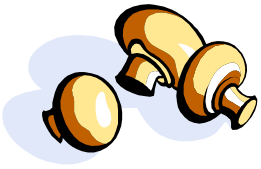
Donnerstag

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Fischfrikadelle (1,4) Reis Kräutersoße (1,7)	Grünkohl Mettwurst (Schwein) (16,17,19) Salzkartoffeln Bratensoße (9,10)	herzhaft gefüllter Pfannkuchen (1,3,7) (Gemüse & Käse) Kartoffeln Kräutersoße (1,7)
Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Gemüse/Salatbeilage/Dessert

Freitag

Mensa geschlossen





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