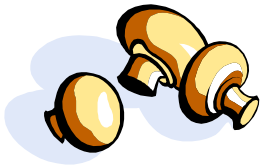


Speiseplan

vom 09.11.2026 bis 13.11.2026



Montag

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Frikadelle - Schwein (1,3) - Geflügel (7,9,10) Kartoffelpüree (7) Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Linsensuppe (9) - Mettwurst (Schwein) (16,17,19) - vegetarisch Brötchen (1) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Bulgur-Spinatpfanne (1) mit 2 Käse-Börekstics (1,3,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert

Dienstag

_____	**Elternsprechtag**	_____

Mittwoch – Schnitzeltag –

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Hähnchenschnitzel (1) Patatas Bravas Sauce Hollandaise (1,3,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Schnitzel vom Schwein (1) Nudeln (1) Orangen-Pfeffersoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Bulgur-Spinat-Bratling (1,3,7) Patatas Bravas Gurken-Joghurt Dip (7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert

Donnerstag

Menü 1	Menü 2	Vegetarisches Menü
Alaska Seelachsfilet (1,4) Reis Senfsoße (1,7) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	Maultaschen (1,3,9) - Schweinefleischfüllung - Gemüsefüllung Kartoffeln Rahmsoße (7,9,10) Gemüse/Salatbeilage/Dessert	buntes „Valess" – Thai-Curry (1,3,7,19) Reis Gemüse/Salatbeilage/Dessert

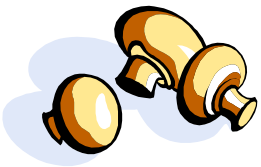
Freitag



Tortellini al Forno (1,7)
(Rindfleischfüllung)

vegetarische Tortellini al Forno (1,7)
(Spinat & Käse Füllung)

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