



# Speiseplan

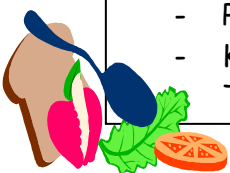
vom 26.10 - 30.10.2020



	<b>Menü 1</b>	<b>Menü 2</b>
<b>Montag</b>	Frikadelle Schwein (1,3) oder Geflügel (1,9,10) Tomatensoße (1)  veg. Gemüsefrikadelle (1,3)	Milchreis (7)* mit Kirschen Zimt + Zucker
<b>Dienstag</b>	Rostbratwurst Schwein (7,9) oder Geflügel Bratensoße (9,10) Püree (7)	Gemüse Eintopf Brötchen (1)
<b>Mittwoch</b>	Schweineschnitzel (1,3) oder Hähnchenschnitzel (1,3) Kartoffelgratin (7) Rahmsoße (7,9,10)*	Gemüse Bagel Kartoffelgratin (7) Rahmsoße (7,9,10)*
<b>Donnerstag</b>	Alaska Seelachsfilet (1,4) Reis Béchamelsoße (1,7)	Kartoffelsauerkrautauflauf mit Mettwurstscheiben

## Freitag

<b><u>Menü 1</u></b>	<b><u>Menü 2</u></b>
Farfalle (1) (Schmetterlingsnudeln) - Putenschinken (16,17) - Käsesoße (1,7)* Tomatenbasilikumsoße (1)	Siehe Menü 1



Änderungen vorbehalten !!!

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

\*Kennzeichnungspflichtige Zutatenliste im Aushang der Mensa



# Speiseplan

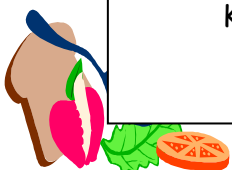
vom 02.11. - 06.11.2020



	<b>Menü 1</b>	<b>Menü 2</b>
<b>Montag</b>	Tortellini al forno (1,7,15) mit Rindfleisch gefüllt	Veg. Tortellini mit Spinat-Ricotta gefüllt (1,3,7,15)
<b>Dienstag</b>	Putengeschnetzeltes (7) Reis oder Nudeln (1)	<b>Pockets-Aktion (Mini-Maultaschen)</b> -Linsen-Karotten in Apfel-Zitronencurry (1,3,7) -Rote Beete-Süßkartoffeln in Orangensoße (1,3,7) Ziegenkäse-Mango mit mariniertem Sweet-Chili-Broccoli (1,3,7,8)
<b>Mittwoch</b>	Hähnchensteak (natur) „Toscana“ Kroketten (7) Tomaten-Basilikum-Soße	Broccoli-Nussecke (1,8,9) Nudeln (1) Tomaten-Basilikum-Soße (1)
<b>Donnerstag</b>	Backfisch (1,4) Petersilienkartoffeln oder Reis Remoulade	Karotten-Vollkorn-Rösti (1,3) mit Gemüseauflage

## Freitag

<b><u>Menü 1</u></b>	<b><u>Menü 2</u></b>
Kaiserschmarrn (1,3,7) Kirschen oder Apfelmus	Couscous-Gemüse-Pfanne (1) mit Minzsedip (7)



Änderungen vorbehalten !!!

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

\*Kennzeichnungspflichtige Zutatenliste im Aushang der Mensa