



Speiseplan

OGS der Gemeinschaftsgrundschule Fröndenberg

vom 19.01. bis 23.01.2026



Montag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Geflügelbratwurst Kartoffelpüree(7) oder Nudeln Bratensoße (7)	Käsespätzle(1,3,7) mit Röstzwiebeln(1)	dazu Gemüse und Nachtisch

Dienstag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Geflügelfrikadelle (1,9,10) Wedges oder Nudeln(1) Tomatensoße	Kartoffel-Gemüse Auflauf (7)	dazu Gemüse und Nachtisch

Mittwoch

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Schnitzel -vom Hähnchen(1) - vom Schwein (1) Nudeln (1) Balkansoße	Brokkoli-Nussecke(1,8) Reis Rahmsoße (7,9,10)	dazu Gemüse und Nachtisch

Donnerstag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Fischstäbchen (1,4) Kartoffeln Zitronensoße (1,7)	Frühlingsrolle (1) Reis Sweetchilisoße	dazu Gemüse und Nachtisch

Freitag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Reibekuchen (3) mit Apfelmus	vegetarische Käse-Lauchsuppe (1,7) Brötchen (1)	dazu Nachtisch

Änderungen vorbehalten!

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

