



Speiseplan

OGS der Gemeinschaftsgrundschule Fröndenberg
vom 01.12. bis 05.12.2025



Montag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Bratwurst vom Geflügel Nudeln (1) Bratensoße (9,10) Rotkohl	BIO Polenta- Käseschnitte (3,7) Petersilienkartoffeln Tomatensoße (1)	dazu Gemüse und Nachtisch

Dienstag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Lasagne al Forno (1,7) (Rinderhackfleisch)	vegetarische Lasagne al Forno (1,6,7,9) (vegetarische Bolognese)	dazu Gemüse und Nachtisch

Mittwoch

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Hähnchenschnitzel (1) oder Schweineschnitzel (1) Rösti Rahmsoße (7,9,10)	„Valess“-Schnitzel (1,3,7) mit Gemüseauflage und Käse gratiniert Nudeln (1) Currysoße (1,7)	dazu Gemüse und Nachtisch

Donnerstag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Fischfrikadelle (1,4) im Burger Brötchen (1,11) Ketchup / Remoulade Eisbergsalat	Omelette (3,7) Reis oder Kartoffeln Tomatensoße (1)	dazu Gemüse und Nachtisch

Freitag

<u>Menü 1</u>	<u>Vegetarisches Menü</u>	
Hühnerfrikassee (1,7) Reis	Gemüsestäbchen (1,3,7) Nudeln (1) Sahnesoße (1,7)	dazu Gemüse und Nachtisch

Änderungen vorbehalten!

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