



# Speiseplan

Woche vom 18.9.-22.9.2023

Woche vom 25.9.-29.9.2023

MENSAVEREIN KAMEN E.V.

## Montag:

### vegetarisch

1 Eieromelette

Kartoffeln, Rahmspinat

Dessert: Obst

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Dienstag:

3 Hackfleischröllchen mit Rindfleisch  
Paprika-Maisaauce, Reis-Vollkornreis  
Dessert: Fruchtquark

### Für Vegetarier mit 2 Gemüsesticks

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Mittwoch:

### vegetarisch

Tortellini-Broccoliauflauf  
mit Mozzarella überbacken  
Dessert: Gebäck<sup>Haselnuss</sup>

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Donnerstag:

Geflügelsteak, Sauerrahm-Currydipp  
Kartoffeln und Salat  
Dessert: Obst

### Für Vegetarier mit veget. Schnitzel

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Freitag:

### vegetarisch

Linseneintopf mit Gemüse und Kartoffeln  
Brötchen  
Dessert: Eis<sup>1</sup>

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Montag:

### vegetarisch

Spiralnudeln in Pesto-Tomatensauce  
bunter Salat mit Frenchdressing

Dessert: Kuchen<sup>Haselnuss</sup>

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Dienstag:

Backfisch mit Remouladendipp<sup>2,9</sup>

Kartoffeln und grünes Gemüse

Dessert: Karamellpudding

### Für Vegetarier mit Gemüsesteak

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Mittwoch:

2 Mini-Hähnchenschnitzel mit Tomatendipp  
Nudeln und Salat  
Dessert: Obst

### Für Vegetarier mit 4 Gemüsenuggets

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Donnerstag:

Putengulasch mit Gemüse  
Reis

Dessert: Apfelmus<sup>2,9</sup>

### Für Vegetarier mit veget. Gulasch

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

## Freitag:

### vegetarisch

bunter Gemüse-Nudeltopf  
Dessert: Kaiserschmarrn mit Vanillesauce<sup>1</sup>

Allergene: Weizengluten,Ei,Lactose,Soja,Sellerie,Senf

**Für Moslems und Vegetarier haben wir eine alternative Hauptbeilage  
Für Allergiker haben wir nach Rücksprache ein alternatives Essen**

Informationen zu Zusatzstoffen und Allergenen siehe Aushang in der Mensa/Büro

Änderungen vorbehalten

Mensaverein Kamen e.V.

