



Speiseplan

Woche vom 17.3.-21.3. 2025

Woche vom 24.3.-28.3. 2025

Montag:

Geflügelsteak mit Kräuter-Bratensauce^{G1,M,Sel,Soj}
mit Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj}, Salat
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit veget. Beilage

Montag:

Rindergeschnetzeltes Stroganoff Art^{3,9}
Maccaroni^{G1,Ei} und grüner Salat^{tM,Snf}
Dessert: Obst
**Für Vegetarier mit veget.
Geschnetzeltem^{M,G1,G4,Ei}**

Dienstag:

vegetarisch
Rührei^{Ei,M}, Kartoffelpüree^{l,1}
Rahmspinat^{M,G1}
Dessert: Marmorkuchen^{G,Sf,Ei,M,Erd}

Dienstag:

vegetarisch
4 Nuggets^M mit Sauce^{G1,M,Sel,Soj}
Kartoffeln¹ und bunte Erbsen¹
Dessert: Quark mit Karamell Crumble^{G1,Soj}

Mittwoch:

2 Kalbfleischbällchen^{G1,Ei,Snf} Königsberger Art
mit Kapernsauce^{G1,M}
Kartoffeln¹ Gewürzgurke^{Snf,2,5}
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit Gemüseschnitte^{G1,M,Sel,Soj}

Mittwoch:

Hähnchenkebab^{G1,Ei,M} mit Zaziki^M,
Reis und gemischtem Salat (Dressing^{Snf})
Dessert: Gebäck^{G,Sf,Ei,M,Erd}
Für Vegetarier mit Gemüsefrikadelle^{G1,Ei}

Donnerstag:

Reispfanne¹
mit Hühnchen und Gemüse
Dessert: Schokopudding^M
Für Vegetarier mit Räuchertofu^{Soja}

Donnerstag:

vegetarisch
Gemüseschnitte^{G1,M,Sel,Soj}
mit Tomatencremesauce^{G1,M,Sel,Soj}
Nudel-Vollkornnudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} buntes Gemüse¹
Dessert: Apfelmus^{1,5}

Freitag:

vegetarisch
Linsensuppe^{Snf,Sel,M,Soj,Ses,Ei} mit Gemüse
und Kartoffeln¹
Brötchen^G
Dessert: Eisbecher^{M,1}

Freitag:

vegetarisch
Kartoffel-Blumenkohlauf^{M,G1,Ei,Sel,Snf,Ses,Soj}
überbacken mit Mozzarella und Emmentaler^M
Dessert: Obst

**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
Mensaverain Kamen e.V.

