



Speiseplan

Woche vom 8.6.-12.6.2026

Woche vom 15.6.-19.6.2026

Montag:

Hühnerfrikassee^{G1,G3,Ei,M,Sel}
Reis
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit veget. Einlage^{M,Ei}

Montag:

4 Chicken Nuggets^{G1,G3,Ei,M,Sel}
süß saure Sauce^{Ei,G3,M,Sel,Snf,G1}
Reis¹, Salat^{M,Snf}
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit Gemüsenuggets^{Ei,M}

Dienstag:

vegetarisch
Nudeln^{Ei,Snf,Soj,G1} in Pesto-Tomatensauce^{M,G1}
mit geriebenem Parmesan^{M,Ei,2}
bunter Salat (Dressing)^{Snf}
Dessert: Gebäck^{G,Sf,Ei,M,Erd}

Dienstag:

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

Mittwoch:

vegetarisch
2 Kartoffeltaschen mit Käse gefüllt^M
Sauce^{G1,G3,Ei,M,Se} und Gemüse¹
Dessert: Apfelsmus^{1,5}

Mittwoch:

Geflügelsteak
Kräuter- Knoblauchsauce^{Ei,G3,M,Sel,Snf,G1}
Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} und Mais-Paprikagemüse¹
Dessert: Buttermilchdessert^M
Für Vegetarier mit Kartoffeltasche^{M,G1}

Donnerstag:

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

Donnerstag:

1 Mini-Lachsfilet^{F,G1,Snf} mit Sauerrahmdipp^M
Kartoffeln¹ und Gurken-Tomatensalat^{Snf}
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit Gemüseschnitte^{G1,M}

Freitag:

vegetarisch
Nudelgratin^{G1,Ei}
mit Broccoli
mit Käse überbacken^M
Dessert: Eisbecher¹

Freitag:

vegetarisch
Linsensuppe^{Snf,Sel,M,Soj,Ses,Ei} mit Gemüse
und Kartoffelwürfel
Brötchen^{G1}
Dessert: Gebäck^{G,Sf,Ei,M,Erd}

**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.

