



# Speiseplan

Woche vom 6.7.-10.7.2026

Woche vom 13.7.-17.7.2026

**Montag:**

**vegetarisch**  
Schnitzel<sup>Ei,M,G1</sup> mit Kräutersahnesauce<sup>M,G1</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Erbsen<sup>1</sup>  
Dessert: Obst

**Montag:**

Rinderfrikadelle<sup>Ei,G3,Sel,Snf,G1</sup>  
mit Rahmsauce<sup>M,G1,Sel,Snf,Soj,Ses</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Möhrchen<sup>1</sup>  
Dessert: Obst

**Dienstag:**

Geflügelsteak mit  
Schmorzwiebelsauce<sup>Ei,G3,M,Sel,Snf,G1</sup>  
Nudeln<sup>Ei,G1,Snf,Soj</sup> und Blumenkohl<sup>1</sup>  
Dessert: Joghurt mit Fruchtmus<sup>M</sup>  
**Für Vegetarier mit Kartoffeltasche<sup>M,G1</sup>**

**Dienstag:**

**vegetarisch**  
Nudeln<sup>G1,Ei,Soj,Snf</sup>  
Linsen-Tomatensauce<sup>Ei,M,G1,Snf,Sel,Ses</sup>  
bunter Salat mit Dressing<sup>M,Snf</sup>  
Dessert: Gebäck<sup>Ei,Erd,G,M,ME,Ses,Sf,Soj</sup>

**Mittwoch:**

**vegetarisch**  
Käseravioli<sup>G1,Ei,Soj,M</sup> in Sahnesauce<sup>M,G1,Ei,Soj,Snf,Sel</sup>  
geriebener Parmesan  
gemischter Salat (Dressing<sup>Snf</sup>)  
Dessert: Obst

**Mittwoch:**

Putengulasch<sup>M,G1,Sel,Snf,Soj,Ses</sup>  
Paprika und Champignons  
Nudeln-Vollkornnudeln<sup>G1,Ei,Soj,Snf</sup>  
Dessert: Karamellpudding<sup>M</sup>  
**Für Vegetarier mit veget. Gulasch<sup>M,G1,Sel,Snf,Ses,Soj</sup>**

**Donnerstag:**

Geflügelgeschnetzeltes<sup>G1</sup>  
Reis  
Dessert: Kuchen<sup>Ei,Erd,G,M,ME,Ses,Sf,Soj</sup>  
**Für Vegetarier mit Gemüsegulasch**

**Donnerstag:**

Backfisch<sup>G1,Ei,Soj,M</sup> mit Sauerrahmdipp<sup>M</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Gemüse<sup>1</sup>  
Dessert: Obst  
**Für Vegetarier mit Gemüseschnitzel<sup>Ei,G1</sup>**

**Freitag:**

**vegetarisch**  
Türkische Linsensuppe  
Brötchen<sup>G</sup>  
Dessert: Quarkbällchen<sup>G1,Ei,M</sup>

**Freitag:**

**vegetarisch**  
Maccaroni-Nudelauf<sup>fG1,Ei,M,Snf,Sel,Ses</sup>  
mit Gemüse  
Dessert: Eisbecher<sup>M</sup>

**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.

