



Speiseplan

Woche vom 12.1.-16.1.2026

Woche vom 19.1.-23.1.2026

Montag:

vegetarisch

Schnitzel^{Ei,M,G1} mit Kräutersahnesauce^{M,G1}
Kartoffeln¹ und buntes Gemüse¹
Dessert: Obst

Dienstag:

Geflügelsteak mit

Schmorzwiebelsauce^{Ei,G3,M,Sel,Snf,G1}

Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} und Karotten¹

Dessert: Buttermilchdessert Birne^M

Für Vegetarier mit Kartoffeltasche^{M,G1}

Montag:

vegetarisch

Kartoffelauflauf^{Ei,M} mit Gemüse¹
mit Mozzarella^M überbacken
Dessert: Obst

Dienstag:

vegetarisch

1 Gemüsestick^{Ei,G3,M,Sel,Snf,G1}

mit Rahmsauce^{M,G1,Sel,Snf,Soj,Ses}

Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} und buntes Gemüse¹

Dessert: Karamellpudding^M

Mittwoch:

vegetarisch

bunte Tortellini^{G1,Ei,Soj,M} in

Tomatensauce^{M,G1,Ei,Soj,Snf,Sel}

gemischter Salat (Dressing^{Snf})

Dessert: Obst

Mittwoch:

Rindergulasch^{Ei,G1,Sel,Ses,Snf,Soj}

mit Rotkohl und Klößen¹

Dessert: Gebäck^{Ei,Erd,G,M,ME,Ses,Sf,Soj}

Für Vegetarier mit veget. Gulasch^{Ei,G1,Sel,Ses,Snf,Soj}

Donnerstag:

Schweinegeschnetzeltes^{Ei,M,3,Sf,Sel,Snf,Ses,Soj,G1}

Reis und Erbsen mit Hollandaise^{Ei,M,Sel}

Dessert: Kuchen^{Ei,Erd,G,M,ME,Ses,Sf,Soj}

Für Moslems mit Geflügelfleisch^M

Für Vegetarier mit Gemüsegulasch

Donnerstag:

Backfisch^{G1,Ei,Soj,M} mit Sauerrahmdipp^M

Kartoffelpüree^{M,1} und Gemüse¹

Dessert: Obst

Für Vegetarier mit Gemüseschnitzel^{Ei,G1}

Freitag:

vegetarisch

Türkische Linsensuppe

Brötchen^G

Dessert: Quarkbällchen^{G1,Ei,M}

Freitag:

vegetarisch

Vorsuppe mit Fadennudeln^{G1} und
Gemüse^{1,G1,Ei,Soj,Snf,Sel}

Milchreis^M mit Zimt und Zucker

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.

