



# Speiseplan



Woche vom 24.11.-28.11.2025

Woche vom 1.12.-5.12.2025

## Montag:

### vegetarisch

Gemüsefrikadelle<sup>G1,Ei</sup> mit  
Kräuterbratensauce<sup>M,G1,Sel,Snf,Soj,Ses</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Salat (Dressing<sup>Snf</sup>)  
Dessert: Obst

## Montag:

### vegetarisch

Valess Schnitzel<sup>M,G1,G3</sup> mit Sauce<sup>Ei,G1,G3,M,Sel,Snf,Soj</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Salat<sup>M,Snf</sup>  
Dessert: Obst

## Dienstag:

Wurstgulasch mit Putenfleisch<sup>Ei,M,G1,G3,Sel,4</sup>  
Paprikagemüse und Nudeln<sup>Ei,G1,Snf,Soj</sup>  
Dessert: Joghurt<sup>M</sup> mit Fruchtmus<sup>3,5</sup>  
**Für Vegetarier mit Gemüsegulasch**

## Dienstag:

Hähnchen „Gärtnerin Art“<sup>M,G1,Sel,Snf,Ses,Soj</sup>  
mit Gemüse und Reis  
Dessert: Gebäck<sup>G,Sf,Ei,M,Erd</sup>  
**Für Vegetarier mit Valess  
Geschnetzeltem**<sup>G1,G4,Ei,M</sup>

## Mittwoch:

### vegetarisch

Käsetortellini-Auflauf<sup>G1,Sel,Ses,Snf,Soj</sup> mit Gemüse<sup>1</sup>  
und Käse<sup>M</sup> überbacken  
Dessert: Mini Berliner<sup>G,Sf,Ei,M,Erd</sup>

## Mittwoch:

Mini-Lachsfilet<sup>F,G1,Snf</sup> mit Sauerrahmdipp<sup>M</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Gurken-Tomatensalat<sup>Snf</sup>  
Dessert: Obst  
**Für Vegetarier mit veget. Schnitte**<sup>G1,M</sup>

## Donnerstag:

Hähnchenkebab<sup>G1,Ei,M</sup> mit Zaziki<sup>M</sup>,  
Reis und gemischtem Salat (Dressing<sup>Snf</sup>)  
Dessert: Obst  
**Für Vegetarier mit veg. Gyros**<sup>G1,Ei</sup>

## Donnerstag:

Nudeln<sup>Ei,G1,Snf,Soj</sup> mit Linsen-Tomatensauce  
mit Zucchini, Mören, Paprika, Zwiebeln  
Dessert: Schoko Nikolaus<sup>Ei,G1,Snf,Soj</sup>

## Freitag:

Hühnersuppe<sup>G1,M,Sel,Snf,Ses,Soj</sup>  
mit Nudeln<sup>Ei,G1,Snf,Soj</sup> und Gemüse, Brötchen<sup>G</sup>  
Dessert: Eisbecher<sup>M</sup>  
**Für Vegetarier mit Gemüseeintopf**<sup>G1,M,Sel,Snf,Ses,Soj</sup>

## Freitag:

vegetarisch  
Muschelnudelsuppe<sup>G1,Ei,Soj,Sel,Snf,Ses,M</sup> mit Gemüse  
Brötchen<sup>G1</sup>  
Dessert: Kaiserschmarrn<sup>G1,Ei,M,Sf</sup>  
mit Vanillesauce<sup>M,G,Ei,Sf</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.

