



Woche vom 24.11.-28.11.2025

Speiseplan

Montag:

vegetarisch
Gemüsefrikadelle^{G1,Ei} mit
Kräuterbratensauce^{M,G1,Sel,Snf,Soj,Ses}
Kartoffeln¹ und Salat (Dressing^{Snf})
Dessert: Obst

Dienstag:

Wurstgulasch mit Putenfleisch^{Ei,M,G1,G3,Sel,4}
Paprikagemüse und Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj}
Dessert: Joghurt^M mit Fruchtmus^{3,5}
Für Vegetarier mit Gemüsegulasch

Mittwoch:

vegetarisch
Käsetortellini-Auflauf^{fG1,Sel,Ses,Snf,Soj} mit Gemüse¹
und Käse^M überbacken
Dessert: Mini Berliner^{G,Sf,Ei,M,Erd}

Donnerstag:

Hähnchenkebab^{G1,Ei,M} mit Zaziki^M,
Reis und gemischtem Salat (Dressing^{Snf})
Dessert: Obst
Für Vegetarier mit veg.Gyros^{G1,Ei}

Freitag:

Hühnersuppe^{G1,M,Sel,Snf,Ses,Soj}
mit Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} und Gemüse,Brötchen^G
Dessert: Eisbecher^M
Für Vegetarier mit Gemüse Eintopf^{G1,M,Sel,Snf,Ses,Soj}

Montag:

vegetarisch
Valeess Schnitzel^{M,G1,G3} mit Sauce^{Ei,G1,G3,M,Sel,Snf,Soj}
Kartoffeln¹ und Salat^{M,Snf}
Dessert: Obst

Dienstag:

Hähnchen „Gärtnerin Art“^{M,G1,Sel,Snf,Ses,Soj}
mit Gemüse und Reis
Dessert: Gebäck^{G,Sf,Ei,M,Erd}
Für Vegetarier mit Valeess
Geschnitzeltem^{G1,G4,Ei,M}

Mittwoch:

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

Donnerstag:

vegetarisch
Nudeln^{Ei,G1,Snf,Soj} mit Linsen-Tomatensauce
mit Zucchini,Mören,Paprika,Zwiebeln
Dessert: Schoko Nikolaus^{Ei,G1,Snf,Soj}

Freitag:

vegetarisch
Muschelnudelsuppe^{G1,Ei,Soj,Sel,Snf,Ses,M} mit Gemüse
Brötchen^{G1}
Dessert: Kaiserschmarrn^{G1,Ei,M,Sf}
mit Vanillesauce^{M,G,Ei,Sf}

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.

