



# Speiseplan

Woche vom 6.1.-10.1.2025

Woche vom 13.1.-17.1.2025

**Montag:**

Chicken Nuggets<sup>G1,G2,G3,G4,Kr,Ei,M,Sel,Snf,F</sup>,  
Sauce süß-sauer  
gebackene Kartoffelspalten<sup>G1</sup>  
Dessert: Obst

**Für Vegetarier mit veget. Nuggets**<sup>G1,G3,Ei,M,Sel</sup>

**Montag:**

Hühnerfrikassee<sup>Ei,M,G1</sup> mit Erbsen und Spargel  
Reis

Dessert: Obst

**Für Vegetarier mit veget. Gulasch**<sup>Ei,M,G1,G3,Sel</sup>

**Dienstag:**

Nudeln<sup>G1,Ei,Soj,Snf</sup>  
Rinderbolognese<sup>Ei,M,G1,Snf,Sel,Ses</sup>  
bunter Salat mit Dressing<sup>M,Snf</sup>  
Dessert: Gebäck<sup>G,Sf,Ei,M,Erd</sup>

**Für Vegetarier mit veget. Bolognese**<sup>Ei,M,G1,Snf,Soj,Ses</sup>

**Dienstag:**

**vegetarisch**  
Ei in Senfsauce<sup>Ei,M,G1,G3,Sel</sup>  
Pürree<sup>1M</sup> und grüner Salat<sup>M</sup>  
Dessert: Gebäck<sup>G,Sf,Ei,M,Erd</sup>

**Mittwoch:**

**vegetarisch**  
Gemüsebake<sup>Ei,G1,G4,Soj,M,Sel,Snf,Ses</sup>  
mit Rahmsauce<sup>G1,G3,Ei,M,Sel</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und buntes Gemüse<sup>1</sup>  
Dessert: Joghurt mit Pfirsich-Maracuja Mus<sup>M,1,3</sup>

**Mittwoch:**

Fischfrikadelle<sup>G1,G2,G3,G4,Kr,Ei,M,Sel,Snf,F</sup>  
mit Remouladensauce<sup>G1,Ei,Snf</sup>  
Kartoffeln<sup>1</sup> und Gurken-Tomatensalat  
Dessert: Obst  
**Für Vegetarier mit veget. Schnitte**<sup>G1,G3,M</sup>

**Donnerstag:**

Putenschnitzel<sup>G1</sup> mit Currysauce<sup>G1,M</sup>  
Reis und grüner Salat mit Dressing<sup>M,Snf</sup>  
Dessert: Obst  
**Für Vegetarier mit veget. Schnitzel**<sup>M</sup>

**Donnerstag:**

**vegetarisch**  
Möhrenrösti<sup>Ei</sup> mit Sauce<sup>G1,G3,Ei,M,Sel</sup>  
Nudel-Vollkornnudeln<sup>G1</sup> und Gemüse<sup>1</sup>  
Dessert: Apfelmus<sup>1,5</sup>

**Freitag:**

**vegetarisch**  
Kartoffeleintopf<sup>1</sup> mit Gemüse  
Brötchen<sup>G1,G3</sup>  
Dessert: Eisbecher<sup>1,M</sup>

**Freitag:**

**vegetarisch**  
Nudelgratin mit Gemüse und  
Käsesahnesauce<sup>G1,M,Ei</sup>  
Dessert:  
Joghurt<sup>M</sup> mit Schokostückchen<sup>Ei,Erd,G,M,ME,Sf,Ses,Soj</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

Mensaverrein Kamen e.V.

