



Mache Leute können super kochen,  
andere perfekt backen.  
Ich kann ganz toll essen!

**Wochenangebot: 41. KW**

**05.10.2026 – 09.10.2026**

| Wochentag  | Mischkost - Gericht                                                                   | Vegetarisches Gericht                                                        | Dessert                          |
|------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Montag     | Ital. Sauce mit (A)<br>Sonnenblumenhack,<br>Zwiebeln und Tomaten<br>Makkaroni (A, C)  | Kürbis-Steckrübe Frikadelle (A)<br>Makkaroni (A)<br>Mais<br>Tomatensauce (A) | Obst                             |
| Dienstag   | Geflügelfrikadelle (A, C, G)<br>Sättigungsbeilagen<br>Mischgemüse<br>Zwiebelsauce (A) | Saftige Eblypfanne<br>Backkäse (A, G)                                        | Quarkspeise (G)<br>mit Erdbeeren |
| Mittwoch   | Gemüsesuppe mit (C, G, J)<br>Geflügelklößchen<br>Eierstich<br>Kritharaki Nudeln(A)    | Kartoffeltaschen (G)<br>mit Frischkäse<br>Sommergemüse<br>Pikanter Dipp (G)  | Schokoladen (G)<br>Pudding       |
| Donnerstag | Penne (A)<br>Tomatensauce (A)                                                         | Penne (A)<br>Tomatensauce (A)                                                | Obst                             |
| Freitag    | Fisch Variationen (A, D)<br>Geflügel Wiener<br>Kartoffelsalat mit Ei (A, C, J)        | Vegetarische Variationen                                                     | Obst                             |

**Tägliche Salatbar**

**© Mensa von 11:15 Uhr – 11:30 Uhr geschlossen©**

**Änderungen vorbehalten**

**Enthaltene Allergene in den Speisen**

A: Gluten haltiges Getreide wie Weizen (Dinkel, Khorasan-Weizen), Roggen, Gerste, Hafer oder Hybridstämme, Maisstärke  
B: Krebstiere  
C: Eier  
D: Fische  
E: Erdnüsse  
F: Sojabohnen  
G: Milch (einschließlich Laktose)

H: Schalenfrüchte, namentlich zu nennen: Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Cashewnüsse, Paranüsse, Pistazien, Marcadamia- oder Queensland Nüsse  
I: Sellerie  
J: Senf  
K: Sesamsamen  
L: Schwefeldioxid und Sulfide (ab 10 Milligramm pro Kilogramm oder Liter)  
M: Lupinen  
N: Weichtiere

Dieses Angebot können Sie unter: [www.cvo-oberschule.de](http://www.cvo-oberschule.de), dann „Speiseplan Mensa“ jederzeit im Internet betrachten