

St. Martin Realschule
Sendenhorst

Angebot in der Mensa für die Zeit vom 29.09.-31.10.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
29.09.-03.10.2025	Hähnchenschnitzel, Schmor- kartöffelchen, Erbsen/Mais- Gemüse	Gemüseschnitzel mit Rahm- sauce, Bratkartoffeln, Möhren	Fischstäbchen mit Salzkartof- feln, Senfsauce, Gurkensalat	Rinderfrikadelle, Spätzle und Blumenkohl	3. Oktober - Feiertag
	Pfannekuchen mit Zimt und Zucker	Gemüsemaultaschen an Tomatensauce	Falafel mit Currysauce, Reis	Gemüsereis	
	Apfel	Quarkspeise	Schokocreme, Marshmallows	Obst	
06.-10.10.2025	Veget. Köttbular mit Rahm- sauce und Reis, Broccoli	Pizza Margarita	Rinderfrikadelle, Stampfkar- toffeln, Möhren, Sauce	Schweineschnitzel mit Salz- kartoffeln, Broccoli Gemüse	Hähnchensteak, Rahmsauce, Klöße
	Schwedische Backkartoffeln mit Bruzeligem, Kräuterquark	Hähnchengeschnetzeltes mit Röstis	Blumenkohlaler mit Gorgon- zolasauce und Penne	Möhreneintopf	Linseneintopf (veget.)
	Pflaumen	Pfannekuchen, Zimt, Zucker	Quark mit Beerenfrüchten	Vanillepudding mit Streuseln	Quarkspeise mit Mandarinen
Ferien vom 13.-24.10.2025					
27.-31.10.2025	Pestospagetti	Gemüselasagne	Leberkäse mit Käsespätzle und Blumenkohl	Kartoffelgratin, Spitzkohlge- müse (Champignons, Paprika)	Pizza Margarita
	Hähnchensteak mit Rosma- rinkartöffelchen und Broccoli	Pfannekuchen mit Apfelmus	Erbsensuppe veget.	Rindsfrikadelle mit Toma- tensauce, Reis, Blumenkohl	Wraps vegetarisch gefüllt
	Panna Cotta mit Streuseln	Obst	Birne	Apfel	Schokocreme