

Speisepläne Kleine Mensa Ulme



12. KW 18.03 - 23.03.2019

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag 11.15-14.00 Uhr
Mittagstisch 11.15 bis 14.00 Uhr

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

Ulmenstraße 45
18057 Rostock

KONTAKT

Herr Christoph Maykopf, Mensaleiter Kleine Mensa Ulme
Tel.: 0381 / 4592 750
Fax: 0381 / 4592 752
E-Mail: C.Maykopf@stw-rw.de

Montag 18.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.

Seelachsfilet in Sesampanade (Fi Gl Se)

Käsehacksteak (Ei Gl Mi Sf)

Hähnchengeschnetzeltes mit Pfannengemüse

2 gekochte Eier mit Senfsauce (vegetarisch) (1 Ei Gl La Mi Sf)

Tomaten-Zucchini-Pfanne (vegan) (So)

Gemüseeeintopf mit Wursteinlage (2 3 5 8 La Mi Sw)

Nudeln mit Hähnchenstreifen und Salbei (Gl)

Dienstag 19.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.

Seelachsfilet, gebraten (Fi Gl)

Schmorkohl mit Rinderhack (8)

indisches Hähnchen-Curry (La Mi Sl)

Nudelauflauf Mediterrane (Gl La Mi)

Lauchbratling (vegan) (Gl So)

Paprika-Tomaten-Dip (vegan) (So)

Bauernfrühstück (vegetarisch) (5 Ei La Mi Sw)

Hackfleischsauce mit frischen Champignons (2 3 8 Gl)

Mittwoch 20.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.

Putenschnitzel in Möhren-Käsepanade (Ei Gl La Mi)

Kochklops in Kapernsauce (Ei Gl La Mi)

Putencurry mit Kichererbsen (La Mi Nu Sl)

Broccoli und Champignons in Mandelsauce (vegan) (Nu)

Kartoffelrösti mit Tomate und Mozzarella überbacken (vegetarisch) (La Mi)

Spätzle-Pilzpfanne (vegetarisch) (3 Ei Gl La Mi)

Lemon-Kokossauce mit Hähnchenstreifen und Gemüse (So)

Speisepläne Kleine Mensa Ulme

12. KW 18.03 - 23.03.2019

Donnerstag 21.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Hähnchensteak in Knusperpanade (GI)

Steak mit Würzfleisch überbacken (1 3 Ei Fi GI La Mi SI So)

Süderholzer Wildschweingulasch mit Perlzwiebeln (3 5 9 GI SI So Sw)

Gnocchipfanne mit Gemüse und Hirtenkäsewürfel (vegetarisch) (Ei La Mi)

Soja-Bolognese (vegan) (SI So)

Asianudeln mit Gemüse (vegan) (GI Se So)

Curry-Hackfleischsauce (3 La Mi SI)

Freitag 22.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Seelachsfilet in Backteig (8 Fi GI La Mi Sf)

Hähnchengeschnetzeltes Salsa (3 9 Sf)

Rindersauerbraten mit Sauce (8)

Frühlingsrolle (vegetarisch) (Ei GI La Mi SI So)

Tortilla mit Kidneybohnen-Maisfüllung (vegan) (GI SI So)

Paprikasauce mit Mascarpone (vegetarisch) (La Mi SI So)

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi GI)

Samstag 23.03.2019

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.

Speisepläne Kleine Mensa Ulme

12. KW 18.03 - 23.03.2019

Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.
Die Beilagenangebote und deren Preise entnehmen Sie bitte den Speiseinformationssystemen in den Verpflegungsbetrieben.

Änderungen vorbehalten!

Zum Würzen verwenden wir jodiertes Speisesalz

Wir arbeiten tatkräftig an der Kennzeichnung der in den verwendeten Lebensmitteln enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe. Die Angaben entnehmen wir den von Herstellern und Lieferanten zur Verfügung gestellten Produktdatenblättern. Für die Vollständigkeit dieser Angaben übernimmt das Studierendenwerk Rostock-Wismar keine Gewähr. Die Kennzeichnung ist über unsere Speiseinformationssysteme in den Mensen ausgewiesen.

ALLERGENE

Ei Hühnerei*	En Erdnüsse*	Fi Fische*	Gl glutenhaltiges Getreide*
Kr Krebstiere*	La Laktose*	Lu Lupinen*	Mi Milch*
Nu Schalenfrüchte (Nüsse)*	Sw Schwefeldioxid und Sulfite (SO ₂)*	So Soja*	Sl Sellerie*
Sf Senf*	Se Sesam*		Wt Weichtiere*

*und daraus hergestellte Erzeugnisse

ZUSATZSTOFFE

1 mit Farbstoff	2 mit Konservierungsstoff	3 mit Antioxidationsmittel	4 mit Geschmacksverstärker
5 geschwefelt	6 geschwärzt	7 gewachst	8 mit Phosphat
9 mit Süßungsmittel	10 enthält eine Phenylalaninquelle		

Fragen und Antworten zum Thema Allergene und Zusatzstoffe:

https://www.stw-rw.de/inhalte/mensa_160415_FAQs_Allergene_und_Zusatzstoffe.pdf
