

Speisepläne Mensa Kantilene (hmt)



48. KW 27.11 - 02.12.2023

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag
11:00 - 14:30 Uhr

11.30 bis 14.30 Uhr Mittagstisch

Ab 23.10.2023 Montag bis Freitag
Öffnungszeit: 09:00 bis 14:30 Uhr
Frühstück: 09:00 bis 10:45 Uhr
Mittagstisch: 11:30 bis 14:30 Uhr

21.12.2023 bis 03.01.2024 geschlossen

Donnerstag, 04.01.2024 verkürzte Öffnungszeit von
11:30 bis 14:30 Uhr (kein Frühstück)

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

Beim St.-Katharinenstift 8
18055 Rostock

KONTAKT

Herr Daniel Nikolaus, Verkaufsleiter Mensa HMT
Tel.: 0381 / 4592 790
Fax: 0381 / 4592 791
E-Mail: d.nikolaus@stw-rw.de

Montag 27.11.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

-----Suppe-----

Tomaten-Hirse-Suppe mit Hirtenkäse klein (vegetarisch) (La Mi)

Tomaten-Hirse-Suppe mit Hirtenkäse gross (vegetarisch) (La Mi)

Meal-Deal: Gemüsepaella (vegan)

Paprika-Tomaten-Dip (vegan) (So)

Alpen-Makkaroni (vegetarisch) (1 3 Gl.Wz La Mi)

-----Mensa Diner / Mensa Classic-----

Hacksteak mit Frischkäsefüllung (Ei Gl.Wz La Mi)

Kartoffeln (3)

Schweinebratensauce (So)

Chili con Carne (Rindfleisch)

Reis

-----Mensa Life-----

zwei Gemüsefrikadellen (vegetarisch) (Ei Gl.Wz)

Gnocchi-Auflauf mit Paprikarahm (vegetarisch) (Ei La Mi SI So)

ein Rote-Bete-Puffer (vegan) (Gl.Wz)

Zucchini-Tomaten-Gemüse (vegan)

Gemüse Couscous (vegan) (Gl.Wz SI)

Reis

Speisepläne Mensa Kantilene (hmt)

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Dienstag 28.11.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

Mittwoch 29.11.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

-----Suppe-----

Möhren-Mangosuppe klein (vegan)

Möhren-Mangosuppe gross (vegan)

-----Mensa International-----

Meal-Deal: Spätzle-Gemüsepfanne (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi Sl)

Paprikasauce mit Sonnenblumenhack (vegan) (Sf Sl)

Nudeln(vegan) (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (Mi)

-----Mensa Diner/ Mensa Classic-----

Grillhaxe mit Sauce

Sauerkraut (vegan)

Kartoffeln (3)

halber Foccacia Burger Bun (vegan) (Gl.Wz)

Seelachsfilet in Knusperpanade (Fi Gl.Wz)

Petersiliensauce (vegan) (So)

Püree (vegetarisch) (La Mi)

-----Mensa Life-----

Gemüselasagne (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sl)

Gnocchipfanne mit Kürbis (vegan) (Gl.Wz)

Kürbis-Fenchel-Paprikagemüse (vegan) (3)

zwei Sesam-Karotten-Sticks (vegan) (Gl.Wz Se Sl)

Reis

Donnerstag 30.11.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

Möhren-Mangosuppe gross (vegan)

Möhren-Mangosuppe klein (vegan)

Zwiebel-Lauchsuppe gross (vegetarisch) (Ei La Mi)

Zwiebel-Lauchsuppe klein (vegetarisch) (Ei La Mi)

Meal-Deal: Bauernfrühstück (vegetarisch) (3 Ei La Mi)

gefüllte Paprikaschote, dazu Sauce (vegan) (Gl.Wz Sf Sl So)

rotes Blumenkohl-Paprika-Curry mit Frühlingszwiebeln und Cashewkernen (vegan) (Gl.Wz Nu.Ca Sf So)

zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (Ei Fi Gl.Wz Sf)

Coq au Vin - Hähnchen in Rotwein und Pilzen - französisches Nationalgericht (2 5 Sw)

Speisepläne Mensa Kantilene (hmt)

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Donnerstag 30.11.2023

Nudeln (Gl.Wz)

Reis

Kartoffeln (3)

deftige Speckbohnen (2 3 La Mi)

Rotkohl (vegan) (3 9)

Weisskohl-Möhren-Zucchini-Gemüse mit Sesam (vegan) (Se)

Sauce Kräuter

Kichererbsen-Soja-Dip (vegan) (3 So)

zwei Sesam-Karotten-Sticks (vegan) (Gl.Wz Se Sl)

Freitag 01.12.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

Zwiebel-Lauchsuppe gross (vegetarisch) (Ei La Mi)

Zwiebel-Lauchsuppe klein (vegetarisch) (Ei La Mi)

8 Knusper-Gemüse-Nuggets (vegetarisch) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Soja-Bolognese (vegan) (Gl.Wz Sl So)

Broccoli-Nußbecke (vegan) (Gl.Hf Gl.Wz Nu.Ha Nu.Ma Sl)

Wurstgulasch (2 3 8 9 Sf)

Nudeln (Gl.Wz)

Reis

Kartoffeln (3)

mediterrane Champignons mit Tomaten (vegan)

Erbsen (vegan)

Sauce Kräuter

Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

zwei Sesam-Karotten-Sticks (vegan) (Gl.Wz Se Sl)

scharfe Tomaten-Orangensauce (vegan)

Samstag 02.12.2023

Zu den Hauptkomponenten bieten wir eine umfangreiche Auswahl an Beilagen an.

Speisepläne Mensa Kantilene (hmt)

48. KW 27.11 - 02.12.2023

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 Eier* | En Erdnüsse* | Fi Fische* | |
| GL glutenhaltiges Getreide (Gl.Wz Weizen, Gl.Di Dinkel, Gl.Ro Roggen, Gl.Ge Gerste, Gl.Hf Hafer, Gl.Ka Kamut) | | | |
| Kr Krebstiere* | La Laktose* | Lu Lupinen | Mi Milch* |
| Nu Schalenfrüchte (Nüsse) (Nu.Ma Mandeln, Nu.Ha Haselnüsse, Nu.Wa Walnüsse, Nu.Ca Cashewkerne, Nu.Pe Pekannüsse) | | | |
| Nu Nu.Pa Paranüsse, Nu.Pi Pistazien, Nu.Mc Macadamianüsse, Nu.Qu Queenslandnüsse) | | | |
| Sw Schwefeldioxid und Sulfite (SO ₂)* | SI 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
