

# Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße



24. KW 08.06 - 13.06.2026

## ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag von 11:15 bis 14:00 Uhr

## SAMSTAGÖFFNUNG

geschlossen

## KONTAKT

Frau Petra Martini, Betriebsleiter Mensa  
St.-Georg-Straße  
Tel.: 0381 / 4592 770  
Fax: 0381 / 4592 777  
E-Mail: p.martini@stw-rw.de

## ADRESSE

St.-Georg-Str. 104 - 107  
18055 Rostock

## Montag 08.06.2026

Käsehacksteak (Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Erbsen (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Bratensauce (So)

korsische Kartoffelpfanne mit Gemüse (vegetarisch) (3 La Mi)

Kräuterquark (vegetarisch) (La Mi)

Gemüseschnitzel (vegan) (Gl.Di Gl.Wz)

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

Zucchini-Tomaten-Gemüse (vegan)

-----Suppe-----

orientalische Tomatensuppe mit Kichererbsen klein (vegan)

orientalische Tomatensuppe mit Kichererbsen gross (vegan)

-----Mensa One Pot & Pasta-----

Meal-Deal: Schupfnudel-Sauerkrautpfanne mit Salami (1 2 Ei Gl.Wz La Mi)

Zucchini-Tomatensauce mit Hirtenkäse (vegetarisch) (La Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Schollenfilet paniert (8 Fi Gl.Wz)

Blattspinat mit Mozzarella (vegetarisch) (La Mi)

Püree (vegetarisch) (3 La Mi)

Kräutersauce (vegan)

Hähnchenpfanne afrikanisch mit Erdnüssen und dicken Bohnen (En So)

Pommes frites (vegan)

Reis (vegan)

## Dienstag 09.06.2026

paniertes Hähnchenschnitzel (Gl.Wz)

Meal-Deal: Milchreis (vegetarisch) (La Mi)

Schwarzwurzeln (vegetarisch) (La Mi)

Erbsen (vegan)

Broccoli (vegan)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Kartoffeln (vegan) (3)

# Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

24. KW 08.06 - 13.06.2026

Dienstag 09.06.2026

Reis (vegan)  
Geflügelsauce (Ei)  
Kräutersauce (vegan)  
Texicana Salsa (9)  
Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)  
Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)  
Tortellini Caprese (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)  
Spring Break Burger (vegan) (1 Gl.Wz Sf)  
Gemüse-Knusperringel paniert, vorfrittiert, 80g (Gl.Di Gl.Wz Sl)  
Tomatensauce  
Reis (vegan)  
Kartoffeln (vegan) (3)  
Hackfleisch-Tomaten-Pasta (Ei Gl.Wz Mi)  
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)  
italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)  
Apfelmus (3)

Mittwoch 10.06.2026

zwei Geflügel-Jägerschnitten (2 Gl.Wz)  
Grillhaxe mit Sauce  
Seelachsfilet in Eihülle (Ei Fi Gl.Wz Sf)  
Kaisergemüse (vegan)  
Sauerkraut (vegan)  
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)  
Kartoffeln (vegan) (3)  
Reis (vegan)  
Steakfrites (vegan) (8)  
Tomatensauce  
Batensauce (So)  
Kräutersauce (vegan)  
Texicana Salsa (9)  
Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)  
Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)  
vegane Sticks Chili-Cheese Style (Gl.Wz)  
zwei vegane Rostbratwürste  
Gnocchi mit Schmortomaten und Spinat (vegetarisch) (Ei La Mi)  
Spring Break Burger (vegan) (1 Gl.Wz Sf)  
frisches Paprikagemüse (vegan) (So)

# Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

24. KW 08.06 - 13.06.2026

Mittwoch 10.06.2026

Reis (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Käsesauce mit Hackfleisch und Porree (Ei Gl.Wz La Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Meal-Deal: Kohlrabi-Spitzkohl-Eintopf mit Kartoffeln und Bärlauch (vegan) (3 SI So)

Asianudelsalat mit Wildkräutern und Sesam (vegan) (2 Gl.Wz Se Sf So)

Donnerstag 11.06.2026

paniertes Hähnchenschnitzel (Gl.Wz)

zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (8 Fi Gl.Wz)

Gemüse-Mix (vegan)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Kartoffeln (vegan) (3)

Reis (vegan)

Geflügelsauce (Ei)

Kräutersauce (vegan)

Texicana Salsa (9)

Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)

Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

zwei Gemüse-Knusperringel (vegan) (Gl.Di Gl.Wz SI)

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

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

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

Reis (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Erbsen-Rucolasuppe mit Tomatenwürfeln klein (vegan)

Erbsen-Rucolasuppe mit Tomatenwürfeln gross (vegan)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

# Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

24. KW 08.06 - 13.06.2026

Freitag 12.06.2026

Rinder-Pfefferhacksteak (Gl.Wz)

Chili con Carne (Rindfleisch)

Seelachsfilet in Knusperpanade (Fi Gl.Wz)

zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (8 Fi Gl.Wz)

ein Brathering ohne Mittelgräte (Fi Gl.Wz Sf)

zwei Bratheringe ohne Mittelgräte (Fi Gl.Wz Sf)

Leipziger Allerlei (vegan)

Gemüse-Mix (vegan)

Blumenkohl mit Semmelbutter (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Kartoffeln (vegan) (3)

Reis (vegan)

Kroketten (vegan) (Gl.Wz)

Bratkartoffeln (vegan)

Geflügelsauce (Ei)

Kräutersauce (vegan)

Texicana Salsa (9)

Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)

Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

Tofupfanne, italienische Art (vegan) (3 So)

Grünkernbolognese (vegan) (Gl.Di Sl)

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

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

frische Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Reis (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Zitronensuppe mit Hähnchenfleisch und frischem Gemüse klein (2 5 Sw)

Zitronensuppe mit Hähnchenfleisch und frischem Gemüse gross (2 5 Sw)

grüne Tortelloni gefüllt mit Ricotta-Spinatfüllung (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

ein Pfannkuchen, gefüllt mit Quark (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce

Samstag 13.06.2026

Derzeit steht kein Speiseplan zur Verfügung, oder die Mensa ist geschlossen.

### Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.  
Die Beilagenangebote und deren Preise entnehmen Sie bitte den Speiseninformationssystemen 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 Speiseninformationssysteme in den Mensen ausgewiesen.

### ALLERGENE

<b>Ei</b> Eier*	<b>En</b> Erdnüsse*	<b>Fi</b> Fische*	
<b>GL</b> glutenhaltiges Getreide (Gl.Wz Weizen, Gl.Di Dinkel, Gl.Ro Roggen, Gl.Ge Gerste, Gl.Hf Hafer, Gl.Ka Kamut)			
<b>Kr</b> Krebstiere*	<b>La</b> Laktose*	<b>Lu</b> Lupinen	<b>Mi</b> Milch*
<b>Nu</b> Schalenfrüchte (Nüsse) (Nu.Ma Mandeln, Nu.Ha Haselnüsse, Nu.Wa Walnüsse, Nu.Ca Cashewkerne, Nu.Pe Pekannüsse)			
<b>Nu</b> Nu.Pa Paranüsse, Nu.Pi Pistazien, Nu.Mc Macadamianüsse, Nu.Qu Queenslandnüsse)			
<b>Sw</b> Schwefeldioxid und Sulfite (SO <sub>2</sub> )*	<b>SI</b> Sellerie*	<b>Sf</b> Senf*	<b>Se</b> Sesam*
<b>Wt</b> Weichtiere*	*und daraus hergestellte Erzeugnisse		

### ZUSATZSTOFFE

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

Fragen und Antworten zum Thema Allergene und Zusatzstoffe:

[https://www.stw-rw.de/inhalte/mensa\\_160415\\_FAQs\\_Allergene\\_und\\_Zusatzstoffe.pdf](https://www.stw-rw.de/inhalte/mensa_160415_FAQs_Allergene_und_Zusatzstoffe.pdf)