

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße



41. KW 07.10 - 12.10.2024

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag
11.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Mittagstisch 11:15 bis 14:00 Uhr

- 03.10.2024 - Feiertag geschlossen
- 04.10.2024 - Brückentag geschlossen

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

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

KONTAKT

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

Montag 07.10.2024

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

-----Suppe-----

türkische rote Linsensuppe klein (vegan) (Gl.Wz)

türkische rote Linsensuppe gross (vegan) (Gl.Wz)

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

Meal-Deal: Gemüsepaella (vegan)

Walnuss-Petersilie-Dip (vegan) (3 Nu.Ma Nu.Wa So)

Hähnchenstreifen in pikanter Tomatensauce (3 La Mi)

Nudeln (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (Ei Mi)

-----Mensa Diner / MensaClassic-----

Kabeljaufilet paniert (Fi Gl.Wz)

Kohlrabi-Erbsengemüse gebunden (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Püree (vegetarisch) (3 8 La Mi)

Dillsauce (vegan)

zwei grobe Bratwürste vom Duroc-Schwein (8)

Rosenkohl mit Mandelbutter (vegetarisch) (La Mi Nu.Ma)

Pommes frites

Kohlroulade (mit Hackfüllung), dazu Sauce (Gl.Wz)

Kartoffeln (3)

Reis

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

Gemüselasagne (vegan) (Gl.Wz SI So)

vegane Tomatensauce

vegetarisches Schnitzel gefüllt mit Tomate-Mozzarella (Ei Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Broccoli-Möhrengemüse (vegan)

Kichererbsen-Bohnen-Curry mit Cashewkernen (vegan) (Nu.Ca Sf SI)

Reis

kleiner Salat

großer Salat

Dessert aus Selbstbedienung

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

41. KW 07.10 - 12.10.2024

Dienstag 08.10.2024

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

Seelachsfilet, paniert (Fi Gl.Wz La Mi Sf)
Rindfleisch-Burger Angus Beef mit Sesambrötchen (1 2 9 Gl.Wz La Mi Se)
Meal-Deal: Gemüsepaeella (vegan)
Meal-Deal: Erbseneintopf (vegan) (3 Sl)
Bockwurst (2 3 8)
Texicana Salsa (9)
Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)
Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)
Kartoffeln (vegan) (3)
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)
Kartoffelecken (vegan)
Sauerrahm (vegetarisch) (La Mi)
Tomatensauce (vegan)
Kräutersauce(vegan)
Walnuss-Petersilie-Dip (vegan) (3 Nu.Ma Nu.Wa So)
Kaisergemüse (vegan)
Kohlrabi-Erbsengemüse gebunden (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)
Schmorkohl mit Sonnenblumenhack (vegan) (Sf Sl)
Reis (vegan)
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)
italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Mittwoch 09.10.2024

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

Steak mit Tomate und Mozzarella überbacken (Ei Mi)
Rinder-Pfefferhacksteak (Gl.Wz)
Putengyros nach griechischer Art mit Tzatziki (2 Ei La Mi Sf)
Coleslaw (2 9 Ei La Mi Sf)
Moussaka mit Linsen (vegetarischer Auflauf mit Auberginen, roten Linsen und Tomaten) (3 La Mi)
Bratensauce (So)
Tomatensauce (vegan)
Texicana Salsa (9)
Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)
Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)
Kartoffeln (vegan) (3)

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

41. KW 07.10 - 12.10.2024

Mittwoch 09.10.2024

Steakfrites (vegan)
Reis (vegan)
Sauerrahm (vegetarisch) (La Mi)
Gemüse-Mix (vegan)
Erbsen (vegan)
Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (vegan) (Gl.Ge Gl.Wz)
Meal-Deal: Bandnudeln mit Lauch und Tomaten (vegan) (Gl.Wz)
Zwiebel-Lauchsuppe klein (vegetarisch) (Ei La Mi)
Zwiebel-Lauchsuppe gross (vegetarisch) (Ei La Mi)
Reis (vegan)
Paprikasauce mit Putenstreifen und Mais (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)
italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Donnerstag 10.10.2024

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

Paprikaschote gefüllt, dazu Sauce (Ei So)
Seehechtfilet in Zitronen-Kräuterpanade (Fi Gl.Wz La Mi Sf)
Putengulasch
Meal-Deal: Bratkartoffeln mit grünen Bohnen und Salami (1 2 3)
Steak mit Tomate und Mozzarella überbacken (Ei Mi)
Paprikasauce (vegan) (So)
Kräutersauce (vegan)
Texicana Salsa (9)
Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)
Remoulade (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)
Kartoffeln (vegan) (3)
Kroketten (vegan) (Gl.Wz)
Nudeln (vegan) (Gl.Wz)
Leipziger Allerlei (vegan)
Rotkohl (vegan) (3 9)
Erbsen (vegan)
6 gefüllte Mini-Frühlingsrollen, (vegan) (Gl.Wz So)
Tikka Masala mit Kichererbsen (vegan) (Sf)
Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (vegan) (Gl.Ge Gl.Wz)
gebackener Hirtenkäse mit Tomaten (vegetarisch) (La Mi)
Pasta Hot Dog Style (2 3 8 9 Ei Gl.Wz Sf Sl)

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

41. KW 07.10 - 12.10.2024

Donnerstag 10.10.2024

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Kichererbsen-Spinatsuppe klein (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Kichererbsen-Spinatsuppe gross (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Wok-Gemüse (vegan) (Sl)

Reis (vegan)

Freitag 11.10.2024

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

deftige Speckbohnen (2 3 La Mi)

Rotkohl (vegan) (3 9)

Leipziger Allerlei (vegan)

Meal-Deal: Pfannengerührte asiatische Nudeln mit veganem Ei und Gemüse (vegan) (1 2 8 Gl.Wz Se Sl So)

gebackener Hirtenkäse mit Tomaten (vegetarisch) (La Mi)

Tikka Masala mit Kichererbsen (vegan) (Sf)

Pastasauce Jäger Art (vegan) (So)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

Hühnersuppe klein (Sl)

Hühnersuppe gross (Sl)

frische Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Reis (vegan)

Kichererbsen-Spinatsuppe klein (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Kichererbsen-Spinatsuppe gross (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Rühreier (1 Ei)

Spinat (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Paprikaschote gefüllt, dazu Sauce (Ei So)

Rindfleischbällchen in Pilzrahm (Ei Gl.Wz La Mi)

ein Rindfleischbällchen extra (Ei Gl.Wz)

Meal-Deal: Bratkartoffeln mit grünen Bohnen und Salami (1 2)

Texicana Salsa (9)

Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)

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

Kartoffeln (vegan) (3)

Seehechtfilet in Zitronen-Kräuterpanade (Fi Gl.Wz La Mi Sf)

ein Bratheringsfilet (1 9 Fi Gl.Wz)

zwei Bratheringsfilets (1 9 Fi Gl.Wz)

Kräutersauce (vegan)

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

41. KW 07.10 - 12.10.2024

Freitag 11.10.2024

Geflügelsauce

Samstag 12.10.2024

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

Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl. 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