

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

48. KW 27.11 - 02.12.2023



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag
11.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Mittagstisch 11:15 bis 14:00 Uhr

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

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

KONTAKT

Frau Petra Martini, Mensaleiter Mensa
St.-Georg-Straße
Tel.: 0381 / 4592 770
Fax: 0381 / 4592 777
E-Mail: p.martini@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)

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

Meal-Deal: Gemüsepaeella (vegan)

Paprika-Tomaten-Dip (vegan) (So)

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

vegane Tomatensauce

italienischer Hartkäse (Mi)

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

Schollenfilet paniert (Fi Gl.Wz)

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

Püree (La Mi)

Kräutersauce (vegan)

Hacksteak mit Frischkäsefüllung (Ei Gl.Wz La Mi)

Leipziger Allerlei (vegan)

Kartoffeln (3)

Kroketten (Gl.Wz)

Schweinebratensauce (So)

Chili con Carne (Rindfleisch)

Reis

ein Kartoffeltörtchen mit Frischkäse gefüllt (vegetarisch) (La Mi)

-----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 St.-Georg- Straße

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Dienstag 28.11.2023

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

-----Suppe-----

Süßkartoffel-Kokossuppe klein (vegan) (3 Gl.Wz)

Süßkartoffel-Kokossuppe gross (vegan) (3 Gl.Wz)

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

Meal-Deal: roter, indischer Linseneintopf (vegan)

Tomatensauce (vegan)

Nudeln (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (Mi)

Lachslasagne mit Spinat (Ei Fi Gl.Wz La Mi)

Hähnchenbrustfilet in Kräuter-Eihülle (Ei Gl.Wz)

Bohnen (vegetarisch) (La Mi)

Kartoffelecken

Sauerrahm (La Mi)

Kartoffeln (3)

Geflügelsauce (Ei)

Rindergulasch

Spätzle (Gl.Wz La Mi)

Nudeln (Gl.Wz)

Rotkohl (vegan) (3 9)

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

Kartoffelauflauf mit Champignons (vegan) (3 Gl.Wz So)

Tomatensauce/vegane

Spitzkohlgemüse mit Porree, Paprika und Mais (vegan)

Reis

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

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Mittwoch 29.11.2023

Sauerkraut (vegan)
Kartoffeln (3)
Rindfleisch-Patty mit Cheddarkäse (La Mi Sf)
Burgerauflage (vegan) (1 2 9)
ganzer Foccacia Burger Bun (vegan) (Gl.Wz)
halber Foccacia Burger Bun (vegan) (Gl.Wz)
Pommes frites
Seelachsfilet in Knusperpanade (Fi Gl.Wz)
Broccoli (vegan)
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.

-----Suppe-----
Zwiebel-Lauchsuppe klein (vegetarisch) (Ei La Mi)
Zwiebel-Lauchsuppe gross (vegetarisch) (Ei La Mi)
-----Mensa International-----
Meal-Deal:Bauernfrühstück (vegetarisch) (3 Ei La Mi)
Gurkenscheiben dänisch (1 2 9)
Tomatensauce mit Hackbällchen (Ei Gl.Wz La Mi)
Nudeln (Gl.Wz)
italienischer Hartkäse (Mi)
-----Mensa Diner / Mensa Classic-----
zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (Ei Fi Gl.Wz Sf)
Gemüse-Mix (vegan)
Püree (vegetarisch) (La Mi)
Kräutersauce (vegan)
Coq au Vin - Hähnchen in Rotwein und Pilzen - französisches Nationalgericht (2 5 Sw)
Reis
Schnitzel XXL (Ei Gl.Wz)

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Donnerstag 30.11.2023

Erbsen, gebunden (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Steakfrites

Schweinebratensauce (So)

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

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

Kartoffeln (3)

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

Reis

fünf indische Gemüsetaschen (vegan) (Gl.Wz Sf SI)

Weisskohl-Möhren-ZucchiniGemüse mit Sesam (vegan) (Se)

Freitag 01.12.2023

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

-----Suppe-----

Kürbiscremesuppe klein (vegan) (So)

Kürbiscremesuppe gross (vegan) (So)

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

Meal-Deal: Penne-Zucchini-Carbonara (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

scharfe Tomaten-Orangensauce (vegan)

Nudeln (Gl.Wz)

italienischer Hartkäse (Mi)

ein Bratheringsfilet (1 9 Fi Gl.Wz)

zwei Bratheringsfilets (1 9 Fi Gl.Wz)

Bratkartoffeln (vegan)

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

Wurstgulasch (2 3 8 9 Sf)

Nudeln (Gl.Wz)

Tilapia (Buntbarsch), gebraten (Fi Gl.Wz)

Erbsen (vegan)

Püree mit Schmand (La Mi)

Dillsauce (vegan)

Hähnchenbrust mit Frischkäsezubereitung und Kirschaprika-Peppadew und Hartkäse (3 Gl.Wz La Mi)

Bohnen, überbacken (vegetarisch) (La Mi)

Steakfrites

Geflügelsauce (Ei)

Kartoffeln (3)

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

Speisepläne Mensa St.-Georg- Straße

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Freitag 01.12.2023

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

Nudeln (Gl.Wz)

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

Reis

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

mediterrane Champignons mit Tomaten (vegan)

Samstag 02.12.2023

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 (SO2)*	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