

Speisepläne Mensa Süd

09. KW 01.03 - 06.03.2021

ÖFFNUNGSZEITEN

Mensa
Montag bis Freitag 11:00 - 14:00 Uhr

Mittagstisch 11:00- 14:00 Uhr

Samstag
geschlossen

Café Treff / Rotunde
geschlossen

SAMSTAGÖFFNUNG

Es werden 3 Gerichte angeboten. Ergänzt wird durch ein fleischloses Gericht, Salat und ein Dessertangebot.

Öffnungszeit Mensa Süd am Samstag: 12:00 bis 14:00 Uhr

Zur Zeit kein Angebot - geschlossen

KONTAKT

Herr Fabian Kuhn, Mensaleiter - Mensa Süd / Rostock
Tel.: 0381 / 4592 710 / 711
Fax: 0381 / 4592 9424
E-Mail: f.kuhn@stw-rw.de

ADRESSE

Albert-Einstein-Str. 6 a
18059 Rostock

Montag 01.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

Thaisuppe 250ml (Sl)

Thaisuppe 800ml (Sl)

Seelachsfilet in Sesampanade (Fi Gl.Wz Se)

Putencurrybratwurst mit Curryketchup (3 8 9 Sf)

Schweinefleischstreifen Gyros Art mit Tzatziki (2 Ei La Mi Sf So)

Lauchbratling (vegan) (Gl.Wz So)

Tomaten-Zucchini-Pfanne (vegan) (So)

Tomatensauce mit Hirtenkäse (vegetarisch) (La Mi)

Pommes frites

Kartoffeln (3)

Püree mit Kräutern (La Mi)

Couscous mediterran (vegan) (Gl.Wz)

Reis

Nudeln (Gl.Wz)

Zucchini-Dill-Gemüse (vegetarisch) (La Mi)

Kohlrabi-Erbsengemüse (Gl.Wz La Mi)

09. KW 01.03 - 06.03.2021

Dienstag 02.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

Broccoli (vegan)

tomatiertes Paprikagemüse / Letscho (vegan) (3 9 Sf)

Möhren-Mangosuppe 250ml (vegan)

Möhren-Mangosuppe 800ml (vegan)

indisches Hähnchen-Curry (La Mi Sf SI)

Cevapcici mit Rinderhack

Hirtenkäse-Dip hausgemacht (vegetarisch) (La Mi)

Schweinefleischstreifen Gyros Art mit Tzatziki (2 Ei La Mi Sf So)

Weisskohlcurry mit Cashewkernen (vegan) (Nu.Ca So)

Spaghetti mit grünen Bohnen und getrockneten Tomaten (vegan) (Gl.Wz)

Rindfleisch-Burger mit Sesambrötchen (1 2 9 Gl.Wz La Mi Se Sf)

Kürbis-Chia-Burger mit Roggenbrötchen (vegan) (1 2 9 Gl.Ge Gl.Ro Gl.Wz)

Steakfrites mit Schale

Basmatireis

Nudeln (Gl.Wz)

Kartoffeln (3)

Mittwoch 03.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

Kartoffelsuppe 250ml (vegan) (3 SI)

Kartoffelsuppe 800ml (vegan) (3 SI)

Bockwurst (2 3 8)

indischer Kohl-Curry-Eintopf mit Cashewkernen und Mandeln (vegan) (3 Nu.Ca Nu.Ma)

Putenschnitzel in Möhren-Käsepanade (Ei Gl.Wz Mi)

Texas Chili (Rindfleisch)

Enchilada gefüllt mit Putenbrust in Salsa, Ananas, Mais und Cheddar-Mozzarella-Mix (1 2 3 Gl.Wz La Mi)

Spinat-Erdnuss-Pasta (vegan) (En Gl.Wz So)

Speisepläne Mensa Süd

09. KW 01.03 - 06.03.2021

Mittwoch 03.03.2021

Country-Kartoffeln

Sauerrahm (La Mi)

Kartoffeln (3)

Reis

Nudeln (Gl.Wz)

Donnerstag 04.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

orientalische Tomatensuppe mit Kichererbsen (vegan) 250ml

orientalische Tomatensuppe mit Kichererbsen (vegan) 800ml

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

Steak mit Würzfleisch überbacken (1 3 5 Fi Gl.Wz La Mi Sl So Sw)

Kalbs-Dönerfleisch mit Tzatziki und einer scharfen roten Sauce und Salat (2 9 Ei La Mi Sf)

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

vegetarisches Sojaschnitzel mit Emmentaler Käse gefüllt (Ei Gl.Wz La Mi So)

ein Pancake (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

Apfelmus (3)

Pommes frites

Kartoffeln (3)

Reis

Blumenkohl-Möhren-Lauchgemüse (vegan)

Erbsen - Maisgemüse (vegan)

Freitag 05.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

Hühnersuppe 250ml (Sl)

Speisepläne Mensa Süd

09. KW 01.03 - 06.03.2021

Freitag 05.03.2021

Hühnersuppe 800ml (SI)
Gnocchi-Hähnchen-Auflauf mit Paprikarahm (Ei La Mi SI So)
Rindersauerbraten mit Sauce (8)
Frühlingsrolle (vegetarisch) (Gl.Wz Sf SI)
Soja-Bolognese (vegan) (Gl.Wz SI So)
Pizza ,verschiedene Sorten (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)
Kartoffelrösti mit Rinderhack, Gemüse und Käse überbacken
Bratkartoffeln (vegan) (3)
ein Brathering ohne Mittelgröße (9 Fi Gl.Wz)
Kartoffeln (3)
Reis
Nudeln (Gl.Wz)
Spätzle (Ei Gl.Wz La Mi)
Rotkohl (vegan) (9)

Samstag 06.03.2021

E1nsteintheke - alle E1nsteinfans bitte an die Theke 4

Putencurrywurst - immer am Montag

Burgertag - immer am Dienstag

Dönertag - immer am Donnerstag

Pizza und jetzt neu dazu überbackene Kartoffelrösti - immer am Freitag

AKTION INTERNATIONALE EINTÖPFE - immer am Mittwoch

Mittagsangebot als Mensa-TO-GO

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

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

Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.
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

| | | | |
|---|--------------------------------------|-------------------|------------------|
| 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
