

# Speisepläne Mensa Süd

## 40. KW 28.09 - 03.10.2020

### ÖFFNUNGSZEITEN

Mensa  
Montag bis Freitag 08:00 - 14:00 Uhr  
Frühstück ab 08:00 - 10:45 Uhr  
Mittagstisch 11:00- 14:00 Uhr

### SAMSTAGÖFFNUNG

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

-----  
Samstag (geschlossen)

### ADRESSE

Albert-Einstein-Str. 6 a  
18059 Rostock

-----  
Café Treff / Rotunde  
geschlossen  
-----

## Montag 28.09.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

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

türkische rote Linsensuppe 250ml (vegan) (Gl.Wz)

türkische rote Linsensuppe 800ml (vegan) (Gl.Wz)

Hähnchenpfanne asiatisch mit Paprika und Erdnüssen (En Gl.Wz So)

Rostbratwurst (8)

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

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

Gemüsepaella (vegan)

Kartoffeln

Püree mit Möhren (La Mi)

Kartoffelsalat (2 Ei Gl.Wz Sf)

Nudeln (Gl.Wz)

Basmatireis

## Dienstag 29.09.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

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

Tomatensuppe 250ml (vegan)

Tomatensuppe 800ml (vegan)

Seelachsfilet, gebraten (Fi Gl.Wz)

# Speisepläne Mensa Süd

## 40. KW 28.09 - 03.10.2020

Dienstag 29.09.2020

Bolognese mit Rinderhack (SI)  
Gemüselasagne (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi SI)  
3 Tofu-Gemüse-Taschen mit Quarkfüllung (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi So)  
Tomatensauce mit Champignons und Zucchini (vegan) (So)  
Bratkartoffeln mit grünen Bohnen und Salami (2 3)  
Kartoffeln  
Püree (La Mi)  
Reis  
Nudeln (Gl.Wz)

Mittwoch 30.09.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

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

Kürbiscremesuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)  
Kürbiscremesuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)  
zwei Hähnchen-Jägerschnitten (2 8 Ei Gl.Wz)  
Steak natur  
Rühreier (1 Ei)  
Spinat (Gl.Wz La Mi)  
Süßkartoffel-Amaranth-Patty (vegan)  
Spaghetti mit Spinat und Hirtenkäse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)  
Pommes frites  
Kartoffeln  
Reis  
Püree (La Mi)  
Nudeln (Gl.Wz)

Donnerstag 01.10.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

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

Kichererbsen-Spinatsuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi SI)  
Kichererbsen-Spinatsuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi SI)  
Kasslernackenbraten mit Sauce (2 3)  
Putengulasch  
Grünes Thaicurry mit Tofu (vegan) (Gl.Wz Sf So)

# Speisepläne Mensa Süd

40. KW 28.09 - 03.10.2020

Donnerstag 01.10.2020

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

ein Reibekuchen

Apfelmus (3)

Kartoffeln

Spätzle (Ei Gl.Wz La Mi)

Reis

Sauerkraut (vegan)

Rosenkohl mit Mandelbutter (La Mi Nu.Ma)

Freitag 02.10.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

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

Hühnersuppe 250ml (SI)

Hühnersuppe 800ml (SI)

zwei Fischfrikadellen (Seelachs) (Fi Gl.Wz La Mi)

Schnitzel (Ei Gl.Wz)

Steak mit Tomate und Mozzarella überbacken (Gl.Wz Mi)

Putengulasch

Blumenkohl-Käsemedaillon (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

japanische Gemüsepfanne (vegan) (Gl.Wz Se SI So)

Bandnudeln auf päpstliche Art (2 3 8 Ei Gl.Wz La Mi)

Hackfleischsauce mit frischen Champignons (2 3 8)

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi Gl.Wz)

Bratkartoffeln (vegan)

Kartoffeln

Reis

Samstag 03.10.2020

*Mittagsangebot als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*Frühstück von 08:00 bis 10:45 Uhr mit Sitzplatzangebot geöffnet.*

*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

<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)

---