

# Speisepläne Mensa Süd

## 41. KW 07.10 - 12.10.2024

### ÖFFNUNGSZEITEN

Mensa  
Montag bis Freitag 08:00 - 20:00 Uhr

Frühstück 08:00 bis 10:45 Uhr

Mittagstisch 11:15 bis 14:00 Uhr / 1-2  
Mittagsangebote von 14:00 bis 14:30 Uhr

Café Treff 11:30 bis 20:00 Uhr  
-----

- 03.10.2024 - Feiertag geschlossen  
- 04.10.2024 - Brückentag geschlossen

- Ab 07.10.2024 ist der Café Treff wieder wie  
gewohnt von 11:30 bis 20:00 Uhr geöffnet.

### SAMSTAGÖFFNUNG

- Keine Samstagversorgung mehr ab 06.04.2024.

### ADRESSE

Albert-Einstein-Str. 6 a  
18059 Rostock

### KONTAKT

Herr Tom Neugebauer, Betriebsleiter - Mensa Süd /  
Rostock  
Tel.: 0381 / 4592 724 711  
Fax: 0381 / 4592 712  
E-Mail: t.neugebauer@stw-rw.de

## Montag 07.10.2024

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

### Suppe / Pasta :

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

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

Basilikum-Sesam-Pasta mit Hirtenkäse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi Se)

Pastasauce: Hähnchenstreifen in pikanter Tomatensauce (3 La Mi)

### Mensa Classic :

Kabeljaufilet paniert (Fi Gl.Wz)

zwei grobe Bratwürste vom Duroc-Schwein (8)

Hähnchenpfanne asiatisch mit Paprika und Erdnüssen (2 En Gl.Wz So)

Hähnchenbrustfilet Cordon bleu (2 8 Gl.Wz La Mi)

### Mensa Life :

Gemüselasagne (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi Sl)

zwei panierte vegetarische Schnitzel (Ei Gl.Hf Gl.Wz La Mi)

Meal-Deal: Gemüsepaella (vegan)

Süsskartoffelbratling (vegan) (Gl.Wz So)

## Dienstag 08.10.2024

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

### Suppe / Pasta:

Soljanka klein (2 3 8 9 Sf)

Soljanka gross (2 3 8 9 Sf)

Meal-Deal: Linseneintopf (vegan) (3 Sl)

# Speisepläne Mensa Süd

## 41. KW 07.10 - 12.10.2024

### Dienstag 08.10.2024

Bockwurst (2 3 8)

Pastasauce: Tomatensauce mit 8 Hackbällchen (Ei Gl.Wz La Mi)

Pastasauce Parmarosa (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)

Mensa Classic :

Seelachsfilet, gebraten (Fi Gl.Wz)

zwei Geflügel-Jägerschnitten (2 Gl.Wz)

Rinderleber mit Zwiebeln (1)

Mensa Life :

gebackener Hirtenkäse mit Tomaten (vegetarisch) (La Mi)

Schmorkohl mit Sonnenblumenhack (vegan) (Sf Sl)

frische Champignons und Lauch mit Sauce (vegan) (So)

Curry-Lauch-Käse-Pasta (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Backkartoffel

Kräuterquark (La Mi)

### Mittwoch 09.10.2024

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

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

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

Püree (vegetarisch) (3 8 La Mi)

Schnitzel (Ei Gl.Wz)

Prinzessbohnen (vegetarisch) (La Mi)

Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (vegan) (Gl.Ge Gl.Wz)

Meal-Deal: tomatierte Schleichennudeln mit Möhren und Zucchini (vegan) (Gl.Wz)

### Donnerstag 10.10.2024

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

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

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

Gnocchi (vegetarisch) (Ei La Mi)

Reis

Frühlingsrolle mit Gemüse gefüllt (vegan) (Gl.Wz Sl)

## 41. KW 07.10 - 12.10.2024

Freitag 11.10.2024

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

zwei Rindfleischbällchen in Pilzrahm (Ei Gl.Wz La Mi)

ein Rindfleischbällchen extra (Ei Gl.Wz)

Steakfrites (vegan)

Püree (vegetarisch) (3 8 La Mi)

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Grünkernbolognese (vegan) (Gl.Di Sl)

italienischer Hartkäse (vegetarisch) (Ei Mi)

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

|   |                                      |                   |                  |
|---|--------------------------------------|-------------------|------------------|
| <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>Sl</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)