

Speisepläne Mensa Ulme

40. KW 28.09 - 03.10.2020

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag
11.00 Uhr bis 14.00 Uhr

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

Ulmenstraße 69 / Haus 5
18057 Rostock

KONTAKT

Herr Christoph Maykopf, Mensaleiter Mensa Ulme
Tel.: 0381 / 4592 750
Fax: 0381 / 4592 752
E-Mail: C.Maykopf@stw-rw.de

Montag 28.09.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen 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)

Hähnchenbrust mit Frischkäsezubereitung und Kirschkaprika-Peppadew und Hartkäse (3 8 Gl.Wz La Mi)

Blutwurst (2 Gl.Wz)

Sauerkraut (vegan)

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

Hähnchenbruststreifen

Pastasauce Mexico (Hack/Schinken) (2 3 8 Gl.Wz La Mi)

Süßkartoffel Pommes

Kräuterkartoffeln

Kräuterquark (La Mi)

Kartoffeln

Reis

Nudeln (Gl.Wz)

Broccoli (vegan)

Erbsen (vegan)

Geflügelsauce (Ei)

Dienstag 29.09.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen geöffnet.

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

Tomatensuppe 800ml (vegan)

Tomatensuppe 250ml (vegan)

Merlanfilet paniert (Fi Gl.Wz)

Bolognese (Sl)

pikantes Auberginen-Ragout (vegan) (9)

Bratkartoffeln mit grünen Bohnen und Salami (2 3)

Käsesauce mit Hackfleisch und Porree (Gl.Wz La Mi)

Kartoffelecken (Gl.Wz)

Sauerrahm (La Mi)

Speisepläne Mensa Ulme

40. KW 28.09 - 03.10.2020

Dienstag 29.09.2020

Basmatireis

Kartoffeln

Spaghetti (Gl.Wz)

Blattspinat mit Mozzarella (vegetarisch) (La Mi)

Kaisergemüse (vegan)

Kräutersauce (vegan) (1 Gl.Wz So)

Hollandaise (Ei La Mi Sl)

Mittwoch 30.09.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen geöffnet.

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

Soljanka mit Gewürzgurken 250ml (1 2 3 8 9 Sf)

Soljanka mit Gewürzgurken 800ml (1 2 3 8 9 Sf)

Putengyros nach griechischer Art mit Tzatziki (2 Ei La Mi Sf)

Weisskrautsalat

Enchilada mit Rinderhack, Bohnengemüse und Käse (1 Gl.Wz La Mi Sl)

Bulgur-Gemüsepfanne (vegan) (Gl.Wz)

Spaghetti mit Spinat und Hirtenkäse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pommes frites

Country-Kartoffeln

Kräuterquark (La Mi)

Reis

Kartoffeln

Nudeln (Gl.Wz)

Tomaten-Basilikum-Salsa

Gemüsesauce (vegan) (Sl So)

Leipziger Allerlei (vegan)

Donnerstag 01.10.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen geöffnet.

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

Kichererbsen-Spinatsuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi Sl)

Kichererbsen-Spinatsuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi Sl)

mediterrane Lammpfanne

Hähnchenbrustfilet, natur

Grünes Thaicurry mit Tofu (vegan) (Gl.Wz Sf So)

Speisepläne Mensa Ulme

40. KW 28.09 - 03.10.2020

Donnerstag 01.10.2020

Tomatensauce mit Kochschinken und Salami (2 3 8 9 Sf)

ein Reibekuchen

Apfelmus (3)

Basmatireis

Country-Kartoffeln

Kräuterquark (La Mi)

Nudeln (Gl.Wz)

Kartoffeln

Paprika-Zucchini-Gemüse (Ratatouillegemüse) (vegan)

Erbsen (vegan)

Pfefferrahmsauce (La Mi)

Freitag 02.10.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen geöffnet.

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

Hühnersuppe 800ml (SI)

Hühnersuppe 250ml (SI)

Hähnchenschenkel, gegrillt

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

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

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi Gl.Wz)

Käsesauce mit 8 Hackbällchen (Ei Gl.Wz La Mi)

Bratkartoffeln (vegan)

Asia Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Reis

Kartoffeln

Nudeln (Gl.Wz)

Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Rotkohl (vegan) (9)

Geflügelsauce (Ei)

Kräutersauce (La Mi SI)

Samstag 03.10.2020

Als Mensa TO STAY von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Sitzplätzen geöffnet.

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