

Speisepläne Mensa Ulme



48. KW 27.11 - 02.12.2023

ÖFFNUNGSZEITEN

Öffnungszeit ab 16.10.2023
Montag bis Freitag
08:00 Uhr bis 21:30 Uhr

Frühstück 08:00 bis 10:30 Uhr
Mittagstisch 11:15 bis 14:00 Uhr /
14:00 bis 14:30 Uhr kleines Angebot
Cafeteria 14:30 bis 17:00 Uhr / ab 14:30 Uhr kleines
warmes Speisenangebot
Ulmen-Lounge 17:00 bis 21:30 Uhr / Küchenschluss
21:00 Uhr

- Freitag 22.12.2023 Ulmen-Lounge geschlossen.

SAMSTAGÖFFNUNG

keine

ADRESSE

Ulmenstraße 45
18057 Rostock

KONTAKT

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

Montag 27.11.2023

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

-----Mensa Diner-----

Rostbratwurst (8 Sf)

Bratwurst vegetarisch (Ei Gl.Wz)

Curryketchupsauce (vegan) (3 9 Sf)

Schollenfilet paniert (Fi Gl.Wz)

Pommes frites

Kräuterkartoffeln (vegan)

Erbsen (vegan)

Honig-Senfsauce (vegetarisch) (3 5 Ei La Mi Sf Sw)

Schweinebratensauce (So)

Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)

-----Mensa Classic-----

Gnocchi-Hähnchen-Auflauf mit Paprikarahm (Ei La Mi SI So)

Schollenfilet paniert (Fi Gl.Wz)

Püree (vegetarisch) (La Mi)

Kartoffeln (3)

Reis

frische Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Honig-Senfsauce (vegetarisch) (3 5 Ei La Mi Sf Sw)

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

korsische Kartoffelpfanne mit Gemüse (vegetarisch) (3 La Mi)

zwei Gemüsefrikadellen (vegetarisch) (Ei Gl.Wz)

Kräuterkartoffeln (vegan)

Zartweizen mit Bambussprossen und Möhren (vegan) (Gl.Wz)

frische Möhren (vegetarisch) (La Mi)

Tomatensauce (vegan)

-----Mensa One Pott-----

Meal-Deal: Bandnudeln mit Ackerbohne und Gemüse (vegan) (Gl.Wz)

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Montag 27.11.2023

Joghurt-Dip Kräuter / Paprika / Minze (vegetarisch) (La Mi)
Zucchini-Tomatensauce mit Hirtenkäse (vegetarisch) (La Mi)
Tomatensauce (vegan)
Nudeln (Gl.Wz)

Dienstag 28.11.2023

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

Hacksteak mit Frischkäsefüllung (Ei Gl.Wz La Mi)
Lachslasagne mit Spinat (Ei Fi Gl.Wz La Mi)
Nudeln (Gl.Wz)
Kartoffeln (3)
Rotkohl (vegan) (3 9)
Blumenkohl-Möhren-Lauchgemüse (vegan)
Honig-Senfsauce (vegetarisch) (3 5 Ei La Mi Sf Sw)
Püree (vegetarisch) (La Mi)
Rindfleisch-Patty mit Cheddarkäse (La Mi Sf)
Avocado-Quinoa-Patty (vegan) (Gl.Hf)
Gnocchi-Hähnchen-Auflauf mit Paprikarahm (Ei La Mi Sl So)
ganzes Sesam Hamburgerbrötchen (Gl.Wz Se)
ganzer Homestyle Burger Bun (vegan) (Gl.Wz)
Burgerauflage (vegan) (1 2 9)
Kartoffelecken
Tortellini Caprese (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)
Blumenkohl-Käsemedaillon (vegetarisch) (Ei Gl.Wz La Mi)
Rucola-Süßkartoffel-Schnitte (vegan) (Gl.Ge Gl.Wz)
Reis
Bohnen (vegetarisch) (La Mi)
Käsesauce (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)
Tomatensauce
Zartweizen mit Bambussprossen und Möhren (vegan) (Gl.Wz)
Meal-Deal: Milchreis mit Früchten (vegetarisch) (La Mi)
Pastasauce Jäger Art (vegan) (So)
Nudeln (Gl.Wz)
Tomatensauce
italienischer Hartkäse (Mi)
kleiner Salat
großer Salat

Dienstag 28.11.2023

Dessert aus Selbstbedienung

Texicana Salsa (9)

Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

Dip Mojo Rosso (vegan)

Preiselbeeren-Dip

Mittwoch 29.11.2023

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

Hähnchensteak in Eihülle mit italienischem Hartkäse (Gl.Wz La Mi)

Seelachsfilet in Knusperpanade (Fi Gl.Wz)

Kartoffeln (3)

Reis

Steakfrites

Broccoli (vegan)

Mischgemüse, gebunden (Gl.Wz La Mi)

Geflügelsauce (Ei)

Kräutersauce (vegan)

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

Tortilla mit Kidneybohnen-Maisfüllung (vegan) (Gl.Wz SI So)

Hacksteak mit Frischkäsefüllung (Ei Gl.Wz La Mi)

Steakfrites (vegan)

Erbsen (vegan)

Bohnen (vegetarisch) (La Mi)

Käsesauce (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Gnocchi mit Schmortomaten und Spinat (vegetarisch) (Ei La Mi)

zwei Sesam-Karotten-Sticks (vegan) (Gl.Wz Se SI)

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

Kartoffeln (3)

Reis

Zartweizen mit Bambussprossen und Möhren (vegan) (Gl.Wz)

Scharfes Kürbis-Apfelgemüse (vegan) (3)

Gemüse-Mix (vegan)

Curry-Kokossauce (vegan) (Sf So)

Kartoffel-Gemüsepfanne mit Räuchertofu (vegan) (Gl.Wz So)

Paprikasauce mit Sonnenblumenhack (vegan) (Sf SI)

Nudeln (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Mittwoch 29.11.2023

Pastasauce Jäger Art (vegan) (So)
Meal-Deal: Milchreis mit Früchten (vegetarisch) (La Mi)
kleiner Salat
großer Salat
Dessert aus Selbstbedienung
Texicana Salsa (9)
Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)
Dip Mojo Rosso (vegan)
Preiselbeeren-Dip
Kräuterquark (La Mi)

Donnerstag 30.11.2023

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

Hähnchenbrustfilet, natur
zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (Ei Fi Gl.Wz Sf)
Reis
Pommes frites
Kartoffeln (3)
Gemüse-Mix (vegan)
Erbsen (vegan)
Kräutersauce (vegan)
Geflügelsauce (Ei)
Nudelauflauf mit Rinderhack, Tomaten und Champignons (Gl.Wz La Mi)
Chili sin Carne (vegan) (Gl.Wz So)
Gnocchi mit Schmortomaten und Spinat (vegetarisch) (Ei La Mi)
Reis
zwei Sesam-Karotten-Sticks (vegan) (Gl.Wz Se Sl)
rotes Blumenkohl-Paprika-Curry mit Frühlingszwiebeln und Cashewkernen (vegan) (Gl.Wz Nu.Ca Sf So)
Reis (vegan)
Asiasauce (vegan) (9)
Soja-Dip mit Kräutern (vegan) (3 So)
Tomatensauce (vegan)
Nudeln (Gl.Wz)
kleiner Salat
großer Salat
Dessert aus Selbstbedienung
Texicana Salsa (9)

Speisepläne Mensa Ulme

48. KW 27.11 - 02.12.2023

Donnerstag 30.11.2023

Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

Dip Mojo Rosso (vegan)

Freitag 01.12.2023

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

großer Salat

Dessert aus Selbstbedienung

Texicana Salsa (9)

Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)

Dip Mojo Rosso (vegan)

ein Bratheringsfilet (1 9 Fi Gl.Wz)

Bratkartoffeln (vegan)

Kartoffeln (3)

Pommes frites

Rotkohl (vegan) (3 9)

Erbsen-Maisgemüse (vegan)

Petersiliensauce (vegetarisch) (La Mi)

Hollandaise (vegetarisch) (Ei La Mi)

Geflügelsauce (Ei)

Texas Chili (Rindfleisch)

Hacksteak mit Frischkäsefüllung (Ei Gl.Wz La Mi)

Pommes frites

Reis

Tofupfanne, italienische Art (vegan) (3 Gl.Wz So)

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

Reis

Erbsen-Maisgemüse (vegan)

asiatisches Gemüse mit Sesam (vegan) (Se So)

Curry-Kokossauce (vegan) (Sf So)

Thaisuppe mit Hühnerfleisch gross (Sl)

Thaisuppe mit Hühnerfleisch klein (Sl)

Nudeln (Gl.Wz)

Tomatensauce

italienischer Hartkäse (Mi)

kleiner Salat

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 (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