

Speisepläne Mensa Wismar



12. KW 18.03 - 23.03.2019

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Donnerstag 08.00 - 17.00 Uhr

Frühstück ab 08.00 Uhr
Mittagstisch ab 11.00 Uhr
kleines Mittagsangebot und Cafeteria-Angebot ab
14.00 Uhr
(1 vegetarisches oder veganes Gericht UND 1 Fisch-
oder Fleischgericht)

Freitag 08.00 - 14.30 Uhr
Frühstück ab 08.00 Uhr
Mittagstisch ab 11.00 Uhr

SAMSTAGÖFFNUNG

Keine

ADRESSE

Philipp-Müller-Str. 14 a
23966 Wismar

KONTAKT

Herr Martin Kirschnick, Mensaleiter Campus Mensa
Wismar
Tel.: 0381 / 4592 780
Fax: 0381 / 4592 782
E-Mail: m.kirschnick@stw-rw.de

Montag 18.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent
Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.*

Broccolisuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)
Broccolisuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)
Seelachsfilet in Sesampanade (Fi Gl Se)
Hähnchengeschnetzeltes mit Pfannengemüse
Gnocchi-Hähnchen-Auflauf mit Paprikarahm (Ei La Mi Sl So)
Käsehacksteak (Ei Gl Mi Sf)
Schweinefleischstreifen Gyros Art mit Tzatziki (2 9 Ei Gl La Mi Sf So)
fünf Back-Goudaherzen (vegetarisch) (Gl La Mi)
Lauchbratling (vegan) (Gl So)
Tomaten-Zucchini-Pfanne (vegan) (So)
Linseneintopf mit Bauchspeck (2 3 5 8 Gl Sl Sw)
Tomatensauce mit Hirtenkäse (vegetarisch) (La Mi)

Dienstag 19.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent
Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.*

Möhren-Mangosuppe 250ml (vegan)
Möhren-Mangosuppe 800ml (vegan)
Kabeljaufilet, natur (Fi Gl)
indisches Hähnchen-Curry (La Mi Sl)
Hähnchenschnitzel paniert (Gl)
Steak in Kräuterpanade (Ei Gl La Mi)
Schmorkohl mit Rinderhack (8)
Cevapcici mit Rinderhack

Speisepläne Mensa Wismar

12. KW 18.03 - 23.03.2019

Dienstag 19.03.2019

Nudelauflauf Mediterrane (vegetarisch) (GI La Mi)
Kürbis-Chiasamen-Patty (vegan)
Nudeln in Wurst-Tomatensauce (2 3 8 GI)
Spaghetti mit grünen Bohnen und getrockneten Tomaten (vegan) (GI)

Mittwoch 20.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent
Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.*

Kartoffelsuppe 250ml (vegan) (5 SI Sw)
Kartoffelsuppe 800ml (vegan) (5 SI Sw)
panierter Seelachs mit Tomatenfüllung (Fi GI)
Putencurry mit Kichererbsen (La Mi Nu SI)
Putenschnitzel in Möhren-Käsepanade (Ei GI La Mi)
Schnitzel XXL (GI)
Rindfleisch-Burger Tex-Mex (La Mi SI)
2 gek. Eier, Senfsauce (vegetarisch) (1 Ei GI La Mi Sf)
Kartoffelrösti mit Tomate und Mozzarella überbacken (vegetarisch) (La Mi)
Broccoli und Champignons in Mandelsauce (vegan) (Nu)
Spätzle-Pilzpfanne (vegetarisch) (3 Ei GI La Mi)
Lemon-Kokossauce mit Hähnchenstreifen und Gemüse (So)

Donnerstag 21.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent
Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagensauswahl.*

Spinatsuppe 250ml (vegetarisch) (La Mi)
Spinatsuppe 800ml (vegetarisch) (La Mi)
Seelachsfilet, gebraten (Fi GI)
Schupfnudelpfanne mit Hähnchenfleisch und Gemüse (Ei GI)
Hähnchensteak in Knusperpanade (GI)
Steak mit Würzfleisch überbacken (1 3 Ei Fi GI La Mi SI So)
Süderholzer Wildschweingulasch mit Perlzwiebeln (3 5 9 GI SI So Sw)
Kochklops in Kapernsauce (Ei GI La Mi)
Gnocchipfanne mit Gemüse und Hirtenkäsewürfel (vegetarisch) (Ei La Mi)
vegetarisches Sojaschnitzel mit Emmentaler Käse gefüllt (Ei GI La Mi So)
rotes Blumenkohl-Paprika-Curry mit Frühlingszwiebeln (vegan) (Nu)
ein Hefekloß (Ei GI)

Speisepläne Mensa Wismar

12. KW 18.03 - 23.03.2019

Donnerstag 21.03.2019

zwei Hefeklöße (Ei GI)

Tomatensauce mit Rucola (vegan) (Nu)

Freitag 22.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent*

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.

Hühnersuppe 250ml (SI)

Hühnersuppe 800ml (SI)

Seelachsfilet in Backteig (8 Fi GI La Mi Sf)

Hähnchengeschnetzeltes Salsa (3 9 Sf)

Hähn.brustfilet gefüllt mit Frischkäse und Sauerkraut (GI La Mi)

Steak in Kürbiskern-Sesampanade (Ei GI La Mi Se)

Rindersauerbraten mit Sauce (8)

Rinder-Pfefferhacksteak (GI)

Soja-Bolognese (vegan) (SI So)

Tortilla mit Kidneybohnen-Maisfüllung (vegan) (GI SI So)

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi GI)

zwei Bratheringe ohne Mittelgräte (9 Fi GI)

Paprikasauce mit Mascarpone (vegetarisch) (La Mi SI So)

Samstag 23.03.2019

*Unser Beitrag zur Müllvermeidung
Beim Kauf von Kaffee, Kaffeespezialitäten, Kakao oder Tee in Mehrwegtassen erhalten Sie pro Getränk einen Preisvorteil von 0,20 Cent*

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.

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 Hühnerei*	En Erdnüsse*	Fi Fische*	Gl glutenhaltiges Getreide*
Kr Krebstiere*	La Laktose*	Lu Lupinen*	Mi Milch*
Nu Schalenfrüchte (Nüsse)*	Sw Schwefeldioxid und Sulfite (SO ₂)*	So Soja*	Sl 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
