

# Speisepläne Mensa Wismar



## 40. KW 28.09 - 03.10.2020

### ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag 11.00 - 14.00 Uhr

Mittagstisch 11.00 Uhr bis 14:00 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 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.*

dänischer Kartoffel-Gurkeneintopf mit Wursteinlage und Röstzwiebeln (2 3 8 Gl.Wz La Mi Sf SI)  
Pilz-Nuss-Rucola-Sauce (vegetarisch) (La Mi Nu.Ca)  
Pastasauce Mexico (Hack/Schinken) (2 3 8 Gl.Wz La Mi)  
Nudeln (Gl.Wz)  
zwei Jumbofischstäbchen (Seelachs) (Fi Gl.Wz)  
Püree mit Möhren (La Mi)  
Fingermöhren (vegan)  
Sauce Kräuter/Senf-Dill/Kerbel/Dill (La Mi SI)  
Kartoffelsalat (2 Ei Gl.Wz Sf)  
Remoulade (Ei Gl.Wz La Mi Sf So)  
Gemüsepaella (vegan)  
Paprika-Tomaten-Dip (vegan) (So)  
Kichererbsen-Bohnen-Curry mit Cashewkernen (vegan) (Nu.Ca Sf SI)  
Reis/Curryreis/Chilireis  
Hähnchenbrust mit Frischkäsezubereitung und Kirschpaprika-Peppadew und Hartkäse (3 8 Gl.Wz La Mi)  
Country-Kartoffeln  
Sauerrahm (La Mi)  
Broccoli (vegan)  
Angus Beef Patty mit Cheddarkäse (La Mi)  
ganzes Hamburgerbrötchen (Gl.Wz Se)  
Burgerauflage (1 2 9)  
Steakfrites

## 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.*

Bratkartoffeln mit grünen Bohnen und Salami (2 3)  
Tomatensauce mit Champignons und Zucchini (vegan) (So)  
Käsesauce mit Hackfleisch und Porree (Gl.Wz La Mi)  
Nudeln (Gl.Wz)

# Speisepläne Mensa Wismar

40. KW 28.09 - 03.10.2020

Dienstag 29.09.2020

Mensa-Pott

Merlanfilet paniert (Fi Gl.Wz)

Kartoffeln

Kaisergemüse (vegan)

Creme fraiche Sauce (La Mi)

Backcamembert (vegetarisch) (Ei Gl.Wz Mi)

Preiselbeeren-Dip

Kräuterbaguette (Gl.Ro Gl.Wz La Mi)

pikantes Auberginen-Ragout (vegan) (9)

Reis/Curryreis/Chilireis

Hähnchenbrustfilet Stroganoff (3 5 9 Ei La Mi Sf Sw)

Spätzle (Ei Gl.Wz La Mi)

Prinzessbohnen (vegetarisch) (La Mi)

Bolognese (Sl)

Nudeln (Gl.Wz)

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.*

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

Tomatensauce mit Mascarpone und Erbsen (vegetarisch) (La Mi)

Erdnussauce mit Hähnchenstreifen (En Gl.Wz So)

Nudeln (Gl.Wz)

Quesadilla

Seelachsfilet, gebraten (Fi Gl.Wz)

Püree mit Gurken (La Mi)

Sommern Gemüse (vegan)

Petersiliensauce / Kräutersauce (vegan) (1 Gl.Wz So)

Rühreier (1 Ei)

Spinat (Gl.Wz La Mi)

Kartoffeln

Bulgur-Gemüsepfanne (vegan) (Gl.Wz)

Soja-Joghurt-Dip mit Kapern (3 So)

zwei Hähnchen-Jägerschnitten (2 8 Ei Gl.Wz)

Nudeln (Gl.Wz)

Tomatensauce

Steak in Käsepanade (Ei Gl.Wz Mi)

Kartoffel-Nocken Butter-Bärlauch (Gl.Wz La Mi)

# Speisepläne Mensa Wismar

## 40. KW 28.09 - 03.10.2020

Mittwoch 30.09.2020

Pommes frites

Blumenkohl mit Semmelbutter (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Bratensauce (So)

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.*

ein Reibekuchen

Apfelmus (3)

Käsesauce mit Spinat (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

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

Nudeln (Gl.Wz)

Mensa-Pott

Kabeljau in asiatischem Backteig (Fi Gl.Wz So)

Ananas-Paprikagemüse asiatische Art (vegan) (Gl.Wz So)

Basmatireis

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

Wildreis

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

Soja-Joghurt-Dip mit Mango (3 So)

Couscous (vegan) (Gl.Wz)

Putengulasch

Rotkohl (vegan)

Schupfnudeln (Ei Gl.Wz La Mi)

Kartoffeln

Kasslernackenbraten mit Sauce (2 3)

Sauerkraut (vegan)

Püree (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.*

ein Brathering ohne Mittelgräte (9 Fi Gl.Wz)

zwei Bratheringe ohne Mittelgräte (9 Fi Gl.Wz)

Bratkartoffeln (vegan)

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

# Speisepläne Mensa Wismar

40. KW 28.09 - 03.10.2020

Freitag 02.10.2020

rustikale Kartoffelscheiben

Sauerrahm (La Mi)

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

Basmatireis

Putensteak in Mandel-Eihülle (Ei Gl.Wz Nu.Ma)

Gemüse-Mix (vegan)

Kartoffeln

Geflügelsauce (Ei)

Schnitzel (Ei Gl.Wz)

Erbsen (vegan)

Püree (La Mi)

Kartoffeln

Bratensauce (So)

Kartoffelsalat (2 Ei Gl.Wz Sf)

Erdnussauce mit Hähnchenstreifen (En Gl.Wz So)

Tomatensauce mit Mascarpone und Erbsen (vegetarisch) (La Mi)

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

Nudeln (Gl.Wz)

Kabeljau in asiatischem Backteig (Fi Gl.Wz So)

Ananas-Paprikagemüse asiatische Art (vegan) (Gl.Wz So)

Basmatireis

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 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)

---