

# Speisepläne Ulmen ? Lounge

14. KW 31.03 - 05.04.2025

---

## ADRESSE

Montag 31.03.2025

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

Reis (vegan)

gefüllte Paprikaschote (vegetarisch) (Gl.Wz Sf Sl So)

Soja-Bolognese (vegan) (Sl So)

Gemüsemix-Mexico (Sl)

Hähnchenbrustfilet Barbecue (Gl.Wz La Mi Sl)

KUKKI Cocktails verschiedene Sorten

Lillet Wild Berry

Aperol Spritz (1)

Hugo

Rostocker Pilsener | Radler naturtrüb | Zwickl naturtrüb | Mahn & Ohlerich 0,5l

Störtebecker Freibier 0,33l

Störtebecker Bernstein-Weizen 0,5l

0,2l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,75l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,2l Weinschorle trocken | halbtrocken

0,1l Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei | 0,1l Prosecco (Sw)

0,7l Prosecco DOC | Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei

Kartoffelecken, Steakfrites, Dips zur Wahl (vegetarisch) (8)

Nachos mit Cheddar Cheese Dip (vegetarisch) (5 Gl.Wz La Mi Sw)

Pizza Margherita (vegetarisch) (Nu.Ca) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

TA Pastagratin mit Sojabolognese und Gemüsebällchen (Vegetarisch)

Pizza mit Hähnchendönerfleisch, Hirtenkäse und roten Zwiebeln (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza vier Käse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pizza Antipasti mit Pesto (vegan) (Nu.Ca) (1 Gl.Ge Gl.Wz)

Backkartoffel, Soja-Radieschen-Dip und frischer Salat (vegan) (3 So)

Backkartoffel, Kräuterquark und frischer Salat (vegetarisch) (La Mi)

Angus Beef Burger, Beilagen nach Wahl, Sour Creme (1 2 8 9 Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Jackfruit Burger, Beilagen nach Wahl, Salsa Verde (vegan) (1 2 8 9 Gl.Hf Gl.Wz So)

Brioche Caprese Burger (vegetarisch) mit Beilagen (8 Gl.Wz La Mi)

# Speisepläne Ulmen ? Lounge

14. KW 31.03 - 05.04.2025

Dienstag 01.04.2025

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

Reis (vegan)

japanische Gemüsepfanne (vegan) (2 Gl.Wz Se Si So)

Schweinegulasch mit Paprika (Gl.Wz La Mi)

Kartoffeln (vegan) (3)

Erbsen (vegan)

Kartoffel-Blumenkohlaufauf (vegetarisch) (3 Gl.Wz La Mi)

KUKKI Cocktails verschiedene Sorten

Lillet Wild Berry

Aperol Spritz (1)

Hugo

Rostocker Pilsener | Radler naturtrüb | Zwickl naturtrüb | Mahn & Ohlerich 0,5l

Störtebecker Freibier 0,33l

Störtebecker Bernstein-Weizen 0,5l

0,2l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,75l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,2l Weinschorle trocken | halbtrocken

0,1l Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei | 0,1l Prosecco (Sw)

0,7l Prosecco DOC | Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei

Kartoffelecken, Steakfrites, Dips zur Wahl (vegetarisch) (8)

Nachos mit Cheddar Cheese Dip (vegetarisch) (5 Gl.Wz La Mi Sw)

Asia-Bowl mit Nudeln, frischem Gemüse und Erdnuss-Chilicreme (vegan) (2 8 En Gl.Wz Se So)

Pizza Margherita (vegetarisch) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza mit Hähnchendönerfleisch, Hirtenkäse und roten Zwiebeln (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza vier Käse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pizza Antipasti mit Pesto (vegan) (Nu.Ca) (1 Gl.Ge Gl.Wz)

Backkartoffel, Soja-Radieschen-Dip und frischer Salat (vegan) (3 So)

Backkartoffel, Kräuterquark und frischer Salat (vegetarisch) (La Mi)

Angus Beef Burger, Beilagen nach Wahl, Sour Creme (1 2 8 9 Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Jackfruit Burger, Beilagen nach Wahl, Salsa Verde (vegan) (1 2 8 9 Gl.Hf Gl.Wz So)

Brioche Caprese Burger (vegetarisch) mit Beilagen (8 Gl.Wz La Mi)

# Speisepläne Ulmen ? Lounge

14. KW 31.03 - 05.04.2025

Mittwoch 02.04.2025

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

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

Hackfleischpfanne (Rind) mit Hirtenkäse (La Mi)

Kabeljaufilet paniert (Fi Gl.Wz)

Kräutersauce (vegan) (So)

Gemüse-Mix (vegan)

KUKKI Cocktails verschiedene Sorten

Lillet Wild Berry

Aperol Spritz (1)

Hugo

Rostocker Pilsener | Radler naturtrüb | Zwickl naturtrüb | Mahn & Ohlerich 0,5l

Störtebecker Freibier 0,33l

Störtebecker Bernstein-Weizen 0,5l

0,2l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,75l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,2l Weinschorle trocken | halbtrocken

0,1l Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei | 0,1l Prosecco (Sw)

0,7l Prosecco DOC | Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei

Kartoffelecken, Steakfrites, Dips zur Wahl (vegetarisch) (8)

Nachos mit Cheddar Cheese Dip (vegetarisch) (5 Gl.Wz La Mi Sw)

Asia-Bowl mit Nudeln, frischem Gemüse und Erdnuss-Chilicreme (vegan) (2 8 En Gl.Wz Se So)

Pizza Margherita (vegetarisch) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza mit Hähnchendönerfleisch, Hirtenkäse und roten Zwiebeln (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza vier Käse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pizza Antipasti mit Pesto (vegan) (Nu.Ca) (1 Gl.Ge Gl.Wz)

Backkartoffel, Soja-Radieschen-Dip und frischer Salat (vegan) (3 So)

Backkartoffel, Kräuterquark und frischer Salat (vegetarisch) (La Mi)

Angus Beef Burger, Beilagen nach Wahl, Sour Creme (1 2 8 9 Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Jackfruit Burger, Beilagen nach Wahl, Salsa Verde (vegan) (1 2 8 9 Gl.Hf Gl.Wz So)

Brioche Caprese Burger (vegetarisch) mit Beilagen (8 Gl.Wz La Mi)

# Speisepläne Ulmen ? Lounge

## 14. KW 31.03 - 05.04.2025

Donnerstag 03.04.2025

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Kohlroulade gefüllt mit Kartoffeln, Reis und Sonnenblumenhack, dazu Sauce (vegan) (Gl.Wz Sf)

Hähnchenbruststreifen

Asiasauce (vegan) (9)

Tricolora-Gemüsemischung (vegan) = Blumenkohl, Broccoli und Romanesco

Reis (vegan)

KUKKI Cocktails verschiedene Sorten

Lillet Wild Berry

Aperol Spritz (1)

Hugo

Rostocker Pilsener | Radler naturtrüb | Zwickl naturtrüb | Mahn & Ohlerich 0,5l

Störtebecker Freibier 0,33l

Störtebecker Bernstein-Weizen 0,5l

0,2l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,75l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,2l Weinschorle trocken | halbtrocken

0,1l Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei | 0,1l Prosecco (Sw)

0,7l Prosecco DOC | Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei

Kartoffelecken, Steakfrites, Dips zur Wahl (vegetarisch) (8)

Nachos mit Cheddar Cheese Dip (vegetarisch) (5 Gl.Wz La Mi Sw)

Asia-Bowl mit Nudeln, frischem Gemüse und Erdnuss-Chilicreme (vegan) (2 8 En Gl.Wz Se So)

Pizza Margherita (vegetarisch) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza mit Hähnchendönerfleisch, Hirtenkäse und roten Zwiebeln (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza vier Käse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pizza Antipasti mit Pesto (vegan) (Nu.Ca) (1 Gl.Ge Gl.Wz)

Backkartoffel, Soja-Radieschen-Dip und frischer Salat (vegan) (3 So)

Backkartoffel, Kräuterquark und frischer Salat (vegetarisch) (La Mi)

Angus Beef Burger, Beilagen nach Wahl, Sour Creme (1 2 8 9 Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Jackfruit Burger, Beilagen nach Wahl, Salsa Verde (vegan) (1 2 8 9 Gl.Hf Gl.Wz So)

Brioche Caprese Burger (vegetarisch) mit Beilagen (8 Gl.Wz La Mi)

# Speisepläne Ulmen ? Lounge

14. KW 31.03 - 05.04.2025

Freitag 04.04.2025

Nudeln (vegan) (Gl.Wz)

Tomatensauce (vegan)

Kartoffeln (vegan) (3)

Schnitzel (Ei Gl.Wz)

Tomaten-Zucchini-Pfanne (vegan) (So)

Grünes Thaicurry mit Tofu (vegan) (2 Se Sf Sl So)

Reis (vegan)

Meal-Deal: Spaghetti mit Spinat und Hirtenkäse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

KUKKI Cocktails verschiedene Sorten

Lillet Wild Berry

Aperol Spritz (1)

Hugo

Rostocker Pilsener | Radler naturtrüb | Zwickl naturtrüb | Mahn & Ohlerich 0,5l

Störtebecker Freibier 0,33l

Störtebecker Bernstein-Weizen 0,5l

0,2l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,75l Rotwein | Weißwein | Roséwein - trocken | halbtrocken

0,2l Weinschorle trocken | halbtrocken

0,1l Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei | 0,1l Prosecco (Sw)

0,7l Prosecco DOC | Rotkäppchen Sekt trocken o. alkoholfrei

Kartoffelecken, Steakfrites, Dips zur Wahl (vegetarisch) (8)

Nachos mit Cheddar Cheese Dip (vegetarisch) (5 Gl.Wz La Mi Sw)

Asia-Bowl mit asiatischen Nudelsalat, frischem Gemüse und Erdnuss-Chilicreme (vegan) (2 8 En Gl.Wz Se So)

Pizza Margherita (vegetarisch) (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza mit Hähnchendönerfleisch, Hirtenkäse und roten Zwiebeln (Gl.Ge Gl.Wz La Mi)

Pizza vier Käse (vegetarisch) (Gl.Wz La Mi)

Pizza Antipasti mit Pesto (vegan) (Nu.Ca) (1 Gl.Ge Gl.Wz)

Backkartoffel, Soja-Radieschen-Dip und frischer Salat (vegan) (3 So)

Backkartoffel, Kräuterquark und frischer Salat (vegetarisch) (La Mi)

Angus Beef Burger, Beilagen nach Wahl, Sour Creme (1 2 8 9 Ei Gl.Wz La Mi Sf)

Jackfruit Burger, Beilagen nach Wahl, Salsa Verde (vegan) (1 2 8 9 Gl.Hf Gl.Wz So)

Brioche Caprese Burger (vegetarisch) mit Beilagen (8 Gl.Wz La Mi)

Samstag 05.04.2025

Derzeit steht kein Speiseplan zur Verfügung, oder die Mensa ist geschlossen.

### Hinweise

Zu den ausgewiesenen Speisen bieten wir täglich eine umfangreiche Beilagenauswahl.  
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)