

Speiseplan

Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 23.–27.04.2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktionen 4,50 € (Stud.) 5,50 € (Gäste)	Penne Rigate mit Meeresfrüchte in Hummercreme dazu Eisberg Salat 1,A,F,a,b,g,i,n	Putenbraten mit Orangensauce dazu Rosenkohl und Kartoffel-Gratin 1,G,a,f,g,i	Fischfilet Bordelaise an Senfsauce dazu Salzkartoffeln und Mischsalat 1,F,a,g,j	Hähnchen Fried Fingers mit Curry-Mangosauce dazu Gemüseris und Mischsalat G,a,g,i	Falafal "Oriental" mit Humus, Bulgur und frischer Salat 2,V,a,c,g,i,k,m
Komponenten-essen 1,80-2,00 € (Stud.) 2,80-3,00 € (Gäste)	Rinderhacksteak mit Chipotle Sauce R,a,c,g,i,j Vegetarische Frühlingsrolle mit Asia Dip V,a,c,f,g,i	Hähnchenspieß mit Erdnussauce 2,5,G,a,e,f,l Karotten-Sesam-Stick mit Kräutersauce VG,a,f,i,k	Rindergulasch R,a,f,i Veganes Geschnetzeltes nach "Kreolischer Art" 5,VG,a,f,i	Hähnchenbrust gefüllt mit Brokkoli dazu Kräutersauce G,a,g,i Geräuchertes Tofusteak mit Chili-Dip VG,a,f	Paniertes Rotbarschfilet mit Zitronen Butter Sauce F,a,g Riesenrösti mit Spinat und Hollandaise 1,V,c,g,i
Vegetarisches Gericht 2,20 € (Stud.) 3,30 € (Gäste)	Käsespätzle mit Schmorzwiebelsauce und Mischsalat V,a,c,f,g,i	Marokkanischer Kichererbseneintopf mit Baguette 2,VG,a,f,h,i,k	Griechischer Auflauf mit Mischsalat 1,2,4,V,a,c,g,i,j	Milchreis mit Zimt & Zucker und Rote Grütze V,g	Spaghetti Pfanne mit Mischsalat VG,a,f,i
Beilagen 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	Djuwetschreis 3,5,9,V,g,i,l Schwarzwurzeln in Rahm V,g Mediterranes Gemüse d Bratnudeln VG,a,f	Country Cubes 1,VG,a Fingerkarotten VG Wok Gemüse "Indonesien" VG,a,f Glasnudelsalat VG,a,f,k	Gemüsebulgur VG,a,i Erbsen und Karotten VG Paprika-Bohngemüse VG Spätzle V,a,c,i	Bandnudeln VG,a,i Maisgemüse VG "Vital" Gemüse VG,i Pommes frites VG	Vollkornreis VG,i Blumenkohl VG Balkangemüse VG,i Salzkartoffeln VG

Außerdem täglich im Angebot: Nudeltheke, Kartoffeltheke, Tagessuppe, Salat- und Nachspeisenbuffet

(A) mit Alkohol, (B) aus kontrollierten-biologischem Anbau, kontrolliert durch DE-Öko-039, Zertifizierungsstelle Gesellschaft für Ressourcenschutz mbH Göttingen, (F) mit Fisch, (G) mit Geflügel, (H) Halal, (L) mit Lamm, (R) mit Rind, (S) mit Schwein, (V) vegetarisch, (VG) vegan, (W) mit Wild, Weitere Angaben: 1) mit Farbstoff, 2) mit Konservierungsstoff, 3) mit Antioxidationsmittel, 4) mit Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt, 7) gewachst, 8) mit Phosphat, 9) mit Süßungsmittel(n), 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken, 12) koffeinhaltig, 13) chininhaltig. Allergene: a) Gluten, b) Krebstiere, c) Eier, d) Spuren von Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch, h) Schalenfrüchte, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Schwefeldioxid, m) Lupinen, n) Weichtiere