

## Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 13.–17.08.2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aktionen</b> 5,30 € (Stud.) 6,30 € (Gäste)	<b>Rindfleischspieß mit Guacomole Kürbisgemüse und Papas Croquetas</b> R,a,g,3	<b>Hüftsteak mit Kräuterbutter, Erbsen und BBQ Crinkeld Wedges</b> R,a,g,1,2,4	<b>Spinat-Rucola Salat mit mariniertem Putenstreifen dazu Baguette</b> G,a,1,3	<b>Hähnchenkeule mit Honig-Senf-Marinade, Mais-Paprikagemüse und Kartoffeltwister</b> G,a,g,j,1	<b>Spareribs mit Rosmarin Kartoffel-Wedges, grüner Mayo und Krautsalat</b> S,a,c,f,j,9
<b>Komponenten-essen</b> 1,80-2,00 € (Stud.) 2,80-3,00 € (Gäste)	<b>Gefüllte Paprikaschote mit Tomatensauce</b> R,S,c,i,j <b>Ofen Champignons mit Knoblauch Dip</b> VG,f,i	<b>Hähnchenbrust mit Tomate und Mozzarella dazu Tomaten-Basilikumsauce</b> G,g <b>Valess Minischnitzel mit Mango-Dip</b> V,a,c,g,8	<b>Rindergeschnetzeltes "Süß-Sauer"</b> R,a,b,f,k <b>Zucchini gefüllt mit Gemüse dazu Tomatensauce</b> V,g,i,j	<b>Hähnchenschnitzel mit Pfefferhollandaise</b> G,a,c,g,l,1,5 <b>Panierte Champignons mit Kräuterquark Dip</b> V,a,c,g	<b>Lachsfilet im Kartoffelmantel mit Chili Lemonsauce</b> MF,a,b,c,d,f,g,l,1,5 <b>Brokkoli-Nuss-Knusperecke mit Kräutersauce</b> VG,a,f,h,i
<b>Vegetarisches Gericht</b> 2,20 € (Stud.) 3,30 € (Gäste)	<b>Penne Pfanne "Vendura" mit Mischsalat</b> V,a,c,f,g,i,j,m,2,9	<b>Kürbis Tofutopf mit Baguette</b> VG,a,f,h,i,k	<b>Couscous mit Gemüse und Räuchertofu dazu Mischsalat</b> V,a,c,f,g,i,j,m,2,9	<b>Sommerliche Couscouspfanne mit Mischsalat</b> V,a,c,f,g,i,j,m,2,9	<b>Vegetarische Moussaka mit Mischsalat</b> V,a,c,f,g,i,j,m,2,7,9
<b>Beilagen</b> 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	<b>Vollkorn Kräuter Reis</b> VG,i <b>Erbsen</b> VG <b>Steckrüben-Currygemüse</b> VG <b>Salzkartoffeln</b> VG	<b>Pommes</b> VG <b>Blumenkohl</b> VG <b>Ratatouillegemüse [Zucchini, Aubergine, Paprika]</b> VG,i <b>Couscous</b> VG,i	<b>Basmatireis</b> VG <b>Karotten</b> VG <b>Gemüsemischung "Tricolora"</b> VG <b>Vollkorn Spaghetti</b> VG,a	<b>Bunte Spiralnudeln</b> VG,a,i <b>Prinzessbohnen</b> VG <b>Kaisergemüse</b> VG <b>Pommes frites</b> VG	<b>Kartoffeln mit Dill</b> VG <b>Mediterranes Gemüse</b> VG <b>Erbsen und Karotten</b> VG <b>Gnocchi</b> V,c,g,i,1

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

(A) mit Alkohol, (G) mit Gefügel, (H) Halal, (L) mit Lamm, (R) mit Rind, (MF) mit Fisch, (S) mit Schwein, (V) vegetarisch, (VG) vegan, (W) mit Wild Allergene: a) Gluten, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch, h) Schalenfrüchte, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Schwefeldioxid, m) Lupinen, n) Weichtiere 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.