

Speiseplan



Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 24.–28.07.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktionen 4,20-4,60 € (Stud.) 5,20-5,60 € (Gäste)	Lammhacksteak mit Rosmarinsauce Kartoffeldrillinge und Mischsalat L,a,c,f,g,i	Scampi mit Mango Lemon Chutney dazu Bandnudeln und Mischsalat F,a,i	Chicken Wings mit Barbecue Dip dazu Pommes frites und Cole Slaw Salat 9,10,S,c,d,f,g,i,j	Spinat-Rucola Salat mit mariniertem Putenstreifen dazu Baguette 1,3,G,a	Paprikahähnchen mit Röstzwiebeln dazu Gemüsebulgur und Mischsalat 1,2,G,a,f,g,i
Komponenten-essen 1,80-2,00 € (Stud.) 2,80-3,00 € (Gäste)	Schweineschnitzel mit Bratensauce 1,2,7,S,a,f,g,i,j Frühlingsrolle mit Gemüse dazu Asia-Dip V,a,c,f,g,i	Hähnchenschnitzel dazu Champignonrahmsauce G,a,f,g,i,j Karotten-Sesam-Stick dazu Kräutersauce VG,a,f,i,k	Putengeschnetzeltes nach Stroganoff Art 5,9,G,g,j veganes Geschnetzeltes 5,VG,a,f,i	Rinderhacksteak mit Tzatziki R,a,c,d,g,i,j Geräuchertes Tofu-Steak mit Chili-Dip 9,10,VG,a,f	Fischfrikadelle mit Remouladensauce 8,F,a,c,d,f,g,i,j Riesenrösti mit Broccoli und Käse überbacken dazu Kräutersauce V,a,f,g,i
Vegetarisches Gericht 2,20 € (Stud.) 3,30 € (Gäste)	Penne-Pfanne "Verdura" dazu Mischsalat V,a,g	Marillenknödel mit Vanillesauce V,a,c,g,h	Spinatauflauf mit Mischsalat d,g,i	Linseneintopf dazu Brötchen oder Mettwurst 2,S,a,f,i,j	Kartoffel-Brokkoli-Gratin mit Mischsalat 2,VG,i
Beilagen 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	Penne Nudeln VG,a,i Kartoffeln mit Kräutern VG Kaisergemüse VG Bohngemüse VG	Bunte Spiralnudeln VG,a,i Pommes VG,a Fingerkarotten VG Ratatouillegemüse VG,i	Schupfnudeln 1,V,a,c,g,i Spätzle V,a,c,i Erbsen und Karotten VG Bohngemüse VG	Bandnudeln VG,a,i Djuwetschreis 3,5,9,VG,i,j Maisgemüse VG "Vital" Gemüse VG,i	Gemüsebulgur VG,a,i Salzkartoffeln VG Blumenkohl VG Wok Gemüse 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