

## WH Recklinghausen 14.–18.10.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Essen 1</b> 2,00 € (Stud.) 3,60-4,90 € (Gäste)	<b>Rinderhacksteak mit Tomaten-Weißkäsesauce</b> R,a,a1,g,i	<b>Schweinegeschnetzeltes in Champignonrahm</b> S,a,a1,a3,f,g,i,j,3	<b>Putenschnitzel mit Paprikasauce</b> G,a,a1,2,9	<b>Hähnchenbrust mit Spinat-Gorgonzolasauce</b> G,g	<b>Wildlachs mit Limettensauce</b> F,d,f
<b>Essen 2</b> 2,50 € (Stud.) 4,50 € (Gäste)				<b>Mac and Cheese</b> V,a,a1,g,1	
<b>Vegetarisches Gericht</b> 2,50 € (Stud.) 3,70-4,50 € (Gäste)	<b>Panierte Champignons mit Kräuterquark</b> V,a,a1,c,g	<b>Karotteneintopf mit Brötchen</b> V,a,a1,a3,g,l,3,5	<b>Gebackener Camembert mit Preiselbeeren</b> V,a,a1,g	<b>Mini Frühlingsrollen mit Sweet-Chili-Dip</b> VG,a,a1,f,2,9	<b>Karotten-Röstling mit Schnittlauchsauce</b> V,a,a1,a4,c,f
<b>STUDY&amp;FIT</b>	<b>Süßkartoffel-Gnocchiauflauf mit Kürbis, Spinat und Tomaten</b> VG,a,a1,i,1	<b>Schweinegeschnetzeltes in Champignonrahm Italienisches Gemüse [Zucchini, Paprika, Champignons, Bohnen, Oliven] Spätzle</b> S,a,a1,a3,c,f,g,i,j,3	<b>Linsencurry mit Fladenbrot</b> VG,a,a1,a3,f,k,2	<b>Hähnchenbrust mit Spinat-Gorgonzolasauce Vollkornnudeln Tomatensalat mit roten Zwiebeln, Kräutern und Balsamico</b> G,a,a1,g,l,3	<b>Wildlachs mit Limettensauce Naturreis Kopfsalat mit Italia-Dressing</b> F,d,f
<b>Beilagen</b> 1,00 € (Stud.) 0,90-1,50 € (Gäste)	<b>Prinzessbohnen</b> VG <b>Djuvec-Reis</b> VG <b>Schupfnudeln</b> V,a,a1,c	<b>Italienisches Gemüse [Zucchini, Paprika, Champignons, Bohnen, Oliven]</b> VG <b>Herzoginkartoffeln</b> V,g <b>Spätzle</b> V,a,a1,c	<b>Brokkoli-Röschen</b> VG <b>Gemüsereis</b> VG <b>Country Cubes</b> VG,a,a1,1	<b>Wokgemüse [Zwiebel, Paprika, Mungobohnensprossen, Weißkohl, Karotte, Brokkoli]</b> VG,i,k <b>Vollkornnudeln</b> VG,a,a1 <b>Basmatireis</b> VG	<b>Fingerkarotten</b> V,g,1 <b>Naturreis</b> VG <b>Salzkartoffeln</b> VG

Aufgrund von anhaltenden Lieferengpässen kann es zu kurzfristigen Speiseplanänderungen kommen, wir bitten um ihr Verständnis.

Bitte achten Sie auf unser Speiseleitsystem. Dort erhalten Sie aktuelle Änderungen und Preise. Vielen Dank.

Zusätzlich zum STUDY&FIT Menü empfehlen wir mindestens zwei Mal die Woche Obst und Milchprodukte aus dem STUDY&FIT Angebot zu sich zu nehmen. Mehr Informationen über STUDY&FIT finden Sie unter [www.jobundfit.de](http://www.jobundfit.de).

(A) mit Alkohol, (F) mit Fisch, (G) mit Geflügel, (H) Halal, (L) mit Lamm, (R) mit Rind, (S) mit Schwein, (V) vegetarisch, (VG) vegan, (W) mit Wild, a) Gluten, a1) Weizen, a2) Roggen, a3) Gerste, a4) Hafer, a5) Dinkel, a6) Kamut, b) Krebstiere, c) Eier, d) Fisch, e) Erdnüsse, f) Sojabohnen, g) Milch/Lactose, h) Schalenfrüchte, h1) Mandel, h2) Haselnuss, h3) Walnuss, h4) Cashewnuss, h5) Pecanuss, h6) Paranuss, h7) Pistazie, h8) Macadamia/Queenstandnuss, i) Sellerie, j) Senf, k) Sesamsamen, l) Schwefeldioxid, m) Lupinen, n) Weichtiere, 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.