

Speiseplan



Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 04.–08.07.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktionen 4,60-5,20 € (Stud.) 5,60-6,20 € (Gäste)	Gedöpte Dicke Bohnen mit Speck, Mettwurst und Kartoffelkes S,g,i,j,2,3,4	Amtliche Bratwurst mit Sauerkraut und Brei, mit viel Bratensosse S,a,a1,a3,f,g,i,j,1,8	"Schimmis Schaschlik" mit ordentlich Pommes und nem Krautsalat S,j,2,9	Himmel & Erde Blutwurst Röstzwiebeln S,a,a1,g,2,3	Gelsenkirchener Gulasch mit feine Sahne, Gürkskes und Salzkartoffelkes R,a,a1,a3,f,i
Komponenten-essen 1,80-2,70 € (Stud.) 2,80-3,70 € (Gäste)	Putensteak mit Tomaten-Basilikumsauce G,i Vegetarische Bällchen mit Tomaten-Basilikumsauce V,a,a1,c,f,i	Kalbsfleischbällchen mit Paprikarahm R,a,a1,c,f,j,2,9 Blumenkohlkäse Bratling mit Kräutersauce V,a,a1,c,f,g,i	Schweineschnitzel mit Sambal-Hollandaise S,a,a1,c,g,i,2 Karotten-Röstling mit Schnittlauchsauce V,a,a1,a4,c,f	Rindergulasch R,a,a1,a3,f,i Blumenkohl-Käsebratling mit heller Sauce V,a,a1,c,f,g,i	Backfisch mit Remouladensauce F,a,a1,a3,c,d,g,i,j Riesenrösti mit Spargel und Sauce Hollandaise V,c,g,i
Sprinter 2,50 € (Stud.) 3,50 € (Gäste)	Nudelpfanne Quattro Formaggio V,a,a1,g	Asiatische Bratnudelpfanne VG,a,a1,f	Bulgur-Hackfleischpfanne mit Minz-Joghurt R,a,a1,g,i	Chili sin Carne mit Kräuterreis VG,a,a1,f,3	Penne-Pfanne "Verdura" V,a,a1,g
Beilagen 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	Paprikagemüse VG Balkan-Gemüse VG Bunte Spiralnudeln VG,a,a1 Erbsen-Vollkornreis VG	Erbsen und Karotten VG Maisgemüse VG Djuvec-Reis VG,2,9 Kartoffeln VG	Champignon Lauch Gemüse VG Kaisergemüse VG Reis VG Vollkornnudeln VG,a,a1	Speckbohnen S,2 Karottenmix "Rustica" VG Salzkartoffeln VG Spätzle V,a,a1,c,g,1	Blattspinat VG Blumenkohl, Romanesco und Brokkoli VG Kartoffelpüree V,g Makkaroni VG,a,a1

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

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

(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/Queenslandnuss, 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.