

Speiseplan



Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 25.–29.09.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktionen 4,50 € (Stud.) 5,50 € (Gäste)	Reis mit Spinat und Hähnchen G,a,i	Pasta mit Meeresfrüchten a,b,i,n	Couscous mit Lamm und Zucchini L,a,g	Buntes, frittiertes Gemüse mit Ei und Baguette 2,V,a,c,i	Sauer Scharfer Eintopf mit Hackbällchen und Baguette 3,5,9,R,a,c,g,i,j,l
Komponenten-essen 1,80-2,00 € (Stud.) 2,80-3,00 € (Gäste)	Hühnerfrikassee mit Erbsen und Spargel G,g,i China-Knusperchnitte mit Asia-Dip VG,a,i,j	Hähnchengeschnetzeltes nach "Döner Art" mit Tzatziki G,d,g Tofu-Pfanne nach "Asia Art" VG,a,f,k	Hähnchen-Cordon-Bleu mit Curry-Mango-Sauce 1,2,3,G,a,g Falafel "Oriental" mit Knoblauch-Dip VG,a,f,i	Rinder-Cevapcici mit Puszta Sauce 2,3,5,9,R,a,c,i,j,l Knusperkroketten nach "Gärtnerin Art" mit Tomatensauce VG,a,i,j	Backfisch mit Remouladensauce F,a,c,d,g,i,j Röstling nach "Holsteiner Art" mit Schnittlauchsauc 3,5,9,V,a,c,g,i,l
Vegetarisches Gericht 2,20 € (Stud.) 3,30 € (Gäste)	Nudelpfanne "Quattro-Formaggio" dazu Mischsalat V,a,g	Kartoffelpfanne nach "Mediterraner Art" dazu Mischsalat 1,2,a,d,i,j	Gemüse-Auflauf dazu Mischsalat V,c,g,i	Tortellini in Salbeibutter dazu Mischsalat V,a,g,i	Griechischer Nudelaufauf dazu Mischsalat 1,2,a,c,d,g,i,j
Beilagen 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	Gemüsereis VG,i Kartoffelpüree 3,V,g Balkangemüse VG,i Romanesco VG	Penne Rigate VG,a,i Pommes frites VG Kohlrabigemüse VG "Pariser" Karotten VG	Basmatireis VG Salzkartoffeln VG Kaisergemüse VG Prinzessbohnen 1,V,g	Spätzle V,a,c,i Vollkorn Spiralen VG,a,i Mediterranes Gemüse d Blumenkohl in Rahm V,g	Klarer Kartoffelsalat VG,j Kartoffeltwister VG,a "Balance" Gemüse VG Rahmspinat d,g

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