

# Speiseplan



## Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 11.–15.07.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aktionen</b> 3,80-4,30 € (Stud.) 4,80-5,30 € (Gäste)	<b>Backkartoffel BBQ mit Coleslaw Salat, Bacon und Röstzwiebel</b> S,a,a1,c,g,j,2,3	<b>Spaghetti Bolognese</b> R,a,a1,c,g,i	<b>Rindercurry mit Fladenbrot</b> R,a,a1,g,k	<b>Kibbeling mit Remouladensauce und Kartoffelsalat</b> F,a,a1,a3,c,d,g,i,j,5	<b>Kotelett mit Hollandaise, Kartoffelgratin</b> S,a,a1,c,g,i
<b>Komponenten-essen</b> 2,00-2,70 € (Stud.) 3,00-3,70 € (Gäste)	<b>Hähnchenbrust mit Frischkäse-Kräutersauce</b> G,g,2 <b>Rote Bete-Bratling mit Meerrettichsauce</b> V,g,i,l,3,5	<b>Lammhacksteak mit Knoblauch-Joghurtsauce</b> L,a,a1,c,g,i,j <b>Falafel mit Hummus</b> VG,a,a1,i,k	<b>Cordon bleu vom Schwein mit Pfefferrahmsauce</b> S,a,a1,a3,c,f,g,i,2,3,8 <b>Kreolisches Geschnetzeltes</b> VG,a,a1,a3,f,i,2	<b>Rindergeschnetzeltes</b> R,a,a1,a3,f,g,i <b>Vegetarische Minischnitzel mit Joppie-Sauce</b> V,a,a1,a4,c,g,j,9	<b>Seelachsfilet mit Senfsauce</b> F,a,a1,d,f,j <b>Marinierter Tofu mit Erdnußsauce</b> VG,a,a1,e,f,k,2
<b>Sprinter</b> 2,20-2,50 € (Stud.) 3,30-3,50 € (Gäste)	<b>Käsespätzle</b> V,a,a1,a5,c,g	<b>Vegetarisches Moussaka mit Fladenbrot und Tzatziki</b> V,a,a1,c,g,k,1,2	<b>Kichererbsen-Curry mit Vollkornreis</b> VG,f	<b>Schmorkartoffeln mit Champignons und Knoblauch-Dip</b> VG,f	<b>Piroggen mit Röstzwiebeln</b> V,a,a1,c,g,1
<b>Beilagen</b> 0,80 € (Stud.) 0,90 € (Gäste)	<b>Gemüsereis</b> VG <b>Mandel-Brokkoli</b> VG,h,h1 <b>Orangen-Wirsing</b> VG <b>Gnocchi</b> V,c,g,1	<b>Pastinaken-Karottengemüse</b> VG <b>Auberginen-Gemüse</b> VG,k <b>Salzkartoffeln</b> VG <b>Couscous</b> VG,a,a1,i	<b>Spargelragout</b> V,f,g <b>Erbsen mit Minze</b> VG <b>Schupfnudeln</b> V,a,a1,c <b>Vollkornreis</b> VG	<b>Vichykarotten</b> VG,1 <b>Leipziger Allerlei in Rahm</b> VG,f <b>Ebly mit Paprika</b> VG,a,a1,2 <b>Kartoffel-Sellerie-Püree</b> V,g,i	<b>Rosmarinkartoffeln</b> VG <b>Spinat mit Hirtenkäse und Sonnenblumenkernen</b> V,g <b>Wokgemüse</b> VG,k <b>Sesam-Reis</b> VG,k

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) Pecannuss, 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.