

Speiseplan: Küche Frischraum

Mittwoch, 08.02.2023



Hauptgericht:	Stud.	Bedi.	Gäs.	Sond.	
Bio: Chili sin carne von der Sojabohne auf Wildem Reis ^(18, f)	€ 2,70	€ 3,30	€ 4,00	€ 2,90	
Curry-Hähnchenkeule an Paprikareis, Spinatdip ^(1, 16, g)	€ 4,00	€ 4,60	€ 5,30	€ 4,20	

Nachspeise:	Stud.	Bedi.	Gäs.	Sond.	
Cappuccinocreme ^(8, 12, 15, 16, 18, g)	€ 1,15	€ 1,20	€ 1,40	€ 1,15	

Snack, Salat €/100g:	Stud.	Bedi.	Gäs.	Sond.	
Fränkischer Bratkartoffelsalat ^(2, 3, 9, 14, 15, j, l)	€ 0,85	€ 0,95	€ 1,15	€ 0,85	
Marokkanischer Buchweizen-Salat ^(1, 2, 3, 14, j, l, h1)	€ 0,85	€ 0,95	€ 1,15	€ 0,85	
Rote Beete Rohkost mit Apfel ^(2, 3, 9, i, l)	€ 0,85	€ 0,95	€ 1,15	€ 0,85	
Snack: Blumenkohl paniert mit Kräuterquark ^(4, 8, 16, c, g, i, a1)	€ 0,85	€ 0,95	€ 1,15	€ 0,85	

Abendkarte:	Stud.	Bedi.	Gäs.	Sond.	
Cremiges Graupenragout mit Tomaten-Ananas-Paprika-Lauchgemüse ^(8, 14, 16, 17, 18, f, j, l, a1, a3)	€ 3,00	€ 3,60	€ 4,30	€ 3,20	
Rindfleisch "Stroganoff" ^(1, 2, 3, 8, 9, 14, 15, 16, 17, g, j, l, a1)	€ 4,00	€ 4,60	€ 5,30	€ 4,20	

Legende

Änderungen vorbehalten

Schwein	Geflügel	vegetarisch	hausgemacht
Rind	Fisch	Tier. Lab/Gelatine/Honig	Regional
Lamm	Meeresfrüchte	Vegan	Kräuterküche
Wild	Nachhaltiger Fang	BIO	

AOK Gesund durch die Woche



Mensa-Vital eine Marke der Studentenwerke

1) mit Farbstoff 2) mit Konservierungsstoff 3) mit Antioxidationsmittel 4) mit Geschmacksverstärker 5) geschwefelt 6) geschwärzt 7) gewachst 8) mit Phosphat 9) mit Süßungsmittel 10) enthält eine Phenylalaninquelle 11) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken 12) koffeinhaltig 13) chininhaltig 14) mit Säuerungsmittel 15) mit Verdickungsmittel 16) Stabilisator 17) mit Alkohol 18) Säureregulator a1) Weizengluten a2) Roggengluten a3) Gerstengluten a4) Hafergluten a5) Dinkelgluten h1) Mandeln h2) Haselnüsse h3) Walnüsse h4) Cashewnüsse h5) Pecannüsse h6) Paranüsse h7) Pistazien h8) Macadamianüsse a) Glutenhaltige Getreide b) Krebstiere und daraus hergestellte Erzeugnisse c) Eier und daraus hergestellte Erzeugnisse d) Fisch und daraus hergestellte Erzeugnisse e) Erdnüsse und daraus hergestellte Erzeugnisse f) Sojabohnen und daraus hergestellte Erzeugnisse g) Milch und daraus hergestellte Erzeugnisse h) Schalenfrüchte i) Sellerie und daraus hergestellte Erzeugnisse j) Senf und daraus hergestellte Erzeugnisse k) Sesamsamen und daraus hergestellte Erzeugnisse l) Schwefeldioxid und Sulphite m) Lupinen und daraus hergestellte Erzeugnisse n) Weichtiere und daraus hergestellte Erzeugnisse