

## Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 13.–17.05.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aktionen</b> 4,80 € (Stud.) 6,80-7,10 € (Gäste)	<b>Pasticcio- Griechischer Auflauf dazu Tomatensalat</b> R,a,a1,c,f,g,h,h3,i	<b>Chilopitaki Nudeln, Briami, Fetamousse</b> a,a1,g,h,h3,i,2,3,5	<b>Pita mit PulledPork mit Kartoffelwedges und Tzaziki</b> S,a,a1,g,j,l,2,5	<b>Giouvetsi- Grichische Schmorpfanne mit Krautsalat</b> L,a,a1,g,i,j	<b>Prasorizo, Seelachs in Tempurateig dazu Kartoffel-Skordalia</b> F,a,a1,d,g,i,l,2,5
<b>Komponenten-essen</b> 1,90-2,00 € (Stud.) 3,30-5,70 € (Gäste)	<b>Fruchtiges Hähnchencurry</b> G,g,2 <b>Sellerie-Knusperschnitzel mit Bärlauchsauce</b> VG,a,a1,f,i	<b>Schweinerückensteak mit Apfelsauce</b> S,a,a1,a3,f,i,3 <b>Bami-Medaillon mit Sweet-Chili-Dip</b> V,a,a1,c,f,2,9	<b>Hähnchen-Cordon Bleu mit Pilzrahmsauce</b> G,a,a1,a3,f,g,i,2,3 <b>Veganes Gulasch</b> VG,a,a1,a3,f,i,2,3	<b>Cevapcici vom Rind mit Tzatziki</b> R,a,a1,c,g,j <b>Gebackener Camembert mit Preiselbeeren</b> V,a,a1,g	<b>Wildlachs mit Limettensauce</b> F,d,f <b>Gebackene Tofuschnitte mit Mango-Chutney</b> VG,a,a1,a3,f,2,3
<b>Sprinter</b> 2,50 € (Stud.) 4,50 € (Gäste)	<b>Gnocchi mit Spargel und Kirschtomaten in Kerbelsauce</b> V,c,f,g	<b>Mediterrane Gemüse-Nudelpfanne</b> VG,a,a1,i	<b>Kartoffel-Spinatgratin mit Knoblauchsauce</b> V,f,g	<b>Vegane Sojaliasagne</b> VG,a,a1	<b>Cannelloni mit Spinat und Gouda</b> V,a,a1,c,g,i
<b>Beilagen</b> 1,00 € (Stud.) 1,50 € (Gäste)	<b>Paprikagemüse</b> VG <b>Sesam-Karotten</b> VG,k <b>Basmatireis</b> VG <b>Penne Rigate</b> VG,a,a1	<b>Wokgemüse [Zwiebel, Paprika, Mungobohnensprossen, Weißkohl, Karotte, Brokkoli]</b> VG,i,k <b>Tomaten-Bohngemüse</b> VG <b>Vollkornnudeln</b> VG,a,a1 <b>Kräuterreis</b> VG	<b>Blumenkohl</b> VG <b>Lauchgemüse in Rahm</b> V,g <b>Kartoffelwedges</b> VG,a,a1 <b>Schupfnudeln</b> V,a,a1,c	<b>Balkan-Gemüse</b> VG,i <b>Tomaten-Vollkornreis</b> VG <b>Zartweizen</b> VG,a,a1	<b>Brokkoli</b> VG <b>Salzkartoffeln</b> VG
<b>STUDY&amp;FIT</b>	<b>Gnocchi mit Spargel und Kirschtomaten in Kerbelsauce</b> V,c,f,g	<b>Schweinerückensteak mit Apfelsauce Tomaten-Bohngemüse Vollkornnudeln</b> S,a,a1,a3,f,i,3	<b>Kartoffel-Spinatgratin mit Knoblauchsauce Eisberg mit Paprikastreifen und Kräuter-Dressing</b> V,f,g	<b>Cevapcici mit Tomatenreis und Tzatziki Bunter Rohkost Mix mit Italia-Dressing</b> R,a,a1,c,g,j	<b>Wildlachs mit Limettensauce Brokkoli Salzkartoffeln</b> F,d,f

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.