

## Mensa der Ruhr-Universität-Bochum 20.–24.05.2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aktionen</b> 4,40 € (Stud.) 5,40 € (Gäste)		<b>Spaghetti Bolognese</b> R,a,a1,c,g,i,2			
<b>Komponenten-essen</b> 2,00-2,50 € (Stud.) 3,20-5,70 € (Gäste)		<b>Köfte mit Paprikarahmsauce</b> R,a,a1,c,f,g,2,9 <b>Frischkäse-Kartoffeltasche mit Kräutersauce</b> V,f,g	<b>Schweineschnitzel mit Sambal-Hollandaise</b> S,a,a1,c,g,i,2 <b>Karotten-Röstling mit Schnittlauchsauce</b> V,a,a1,a4,c,f	<b>Rindergulasch</b> R,a,a1,a3,f,i <b>Blumenkohl-Käsebratling mit heller Sauce</b> V,a,a1,c,f,g,i	<b>Backfisch (Seelachs) mit Remouladensauce</b> F,a,a1,d,j,1,9 <b>Riesenrösti mit Spargel und Sauce Hollandaise</b> V,c,g,i
<b>Sprinter</b> 2,50 € (Stud.) 4,50 € (Gäste)		<b>Gnocchipfanne mit getrockneten Tomaten und Rucola</b> VG,3	<b>Chili sin Carne mit Reis</b> VG,2	<b>Bulgur-Soja-Hackfleischpfanne mit Minz Dip</b> VG,a,a1,f,i	<b>Spargelcurry mit Linsen-Vollkornreis</b> VG,a,a1,f,i,k
<b>Beilagen</b> 1,00 € (Stud.) 1,50 € (Gäste)		<b>Maisgemüse</b> VG <b>Erbsen und Karotten</b> VG <b>Djuvec-Reis</b> VG <b>Basilikum-Gnocchi</b> V,c	<b>Gebratene Champignons</b> VG,i <b>Kaisergemüse</b> VG <b>Reis</b> VG <b>Vollkornnudeln</b> VG,a,a1	<b>Speckbohnen</b> S,2 <b>Karottenmix</b> VG <b>Spätzle</b> V,a,a1,c <b>Kartoffelpüree</b> V,g	<b>Blattspinat</b> VG <b>Blumenkohl, Romanesco und Brokkoli</b> VG <b>Makkaroni</b> VG,a,a1 <b>Salzkartoffeln</b> VG
<b>STUDY&amp;FIT</b>		<b>Gnocchipfanne mit getrockneten Tomaten und Rucola</b> VG,3	<b>Chili sin Carne mit Reis Gemischter Salat mit Kräuterdressing</b> VG,2	<b>Rindergulasch Spätzle Bohnensalat</b> R,a,a1,a3,c,f,i	<b>Backfisch (Seelachs) mit Remouladensauce Blattspinat Salzkartoffeln</b> F,a,a1,d,j,1,9

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/Queenlandnuss, 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.