




























Speiseplan Mensa Bremerhaven (KW 12: 19.03. - 23.03.2018)

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|------------------------|--|---|---|---|---|
| Essen 1 | Salatmix ^{1, c, j} , Schweineschnitzel ^{a1} "Jäger Art" mit Pilzsauce ^{a1} und Pommes Frites A: 2,35€ B: 4,35€  | Salatmix ^g , Chili con carne ^{a1} mit Kidneybohnen, Paprika & Zwiebeln ^{1, a1} auf Spiralnudeln A: 2,35€ B: 4,35€  | Tagessuppe ^{1, a1, g} , Putengeschnetzeltes ^{1, a1, g} in Curryrahmsauce mit gebratenem Gemüse ⁱ auf Reis A: 2,35€ B: 4,35€  | Salatmix ^g Big Rib Hacksteak ^{a1, c, g} mit Champignonrahm ^{1, a1, g} und Bandnudeln ^{1, a1} A: 2,35€ B: 4,35€  | Tagessuppe ^{1, a1, g} , gebackenes Fischfilet ^{a1, c, d} mit Remouladensauce ^{1, c, g} und hausgemachtem Kartoffelsalat ^{1, c, j} A: 2,35€ B: 4,35€  |
| Essen 1 vegetarisch | Salatmix ^{1, a1, g} , Valess - Schnitzel ^{1, 4, a1, c, f, g} "Jäger Art" mit Pilzsauce ^{a1} und Pommes Frites A: 2,35€ B: 4,35€  | Salatmix ^g , Chili sin carne ^{a1, f} mit Kidneybohnen, Paprika & Zwiebeln ^{1, a1} auf Spiralnudeln A: 2,35€ B: 4,35€  | Tagessuppe ^{1, a1, g} , Sojageschnetzeltes ^f in Curryrahmsauce ^{1, a1, g} mit gebratenem Gemüse ⁱ auf Reis A: 2,35€ B: 4,35€  | Salatmix ^g Gemüsefrikadelle ^{a1, i} mit Champignonrahm ^{1, a1, g} und Bandnudeln ^{1, a1} A: 2,35€ B: 4,35€  | Tagessuppe ^{1, a1, g} , gebackene Brokkolinuggets ^{a1, a4, c, f, g, i} mit Remouladensauce ^{1, c, g} & Kartoffelsalat ^{1, c, j} A: 2,35€ B: 4,35€  |
| Essen 2 | gefüllte Apfel- Pfannkuchen ^{3, 4, a1, c} mit warmer Sauce ^g "Vanilla" A: 1,35€ B: 3,15€  | Altdeutsche Kartoffelsuppe ⁱ mit Gemüse A: 1,35€ B: 3,15€  | 7 Mini Frühlingsrollen ^{a1, f} auf Salatmix und Sweet Chili - Dip A: 1,35€ B: 3,15€  | Brüsseler Waffeln ^{4, a1, c, g} mit heißen Kirschen und Puderzucker A: 1,35€ B: 3,15€  | Käsesuppe ^{a1, g} mit Hackfleisch & Porree A: 1,35€ B: 3,15€  |
| Extra Essen | " Paella " spanisches Reisgericht ^{b, d, n} mit Huhn und Fisch A: 4,30€ B: 4,70€  | Fleischspieß mit Zwiebeln, ^{2, 3, 4} Paprika und Speck ⁵ in Sauce A: 3,50€ B: 3,80€  | Allgäuer Bergsteigersteak vom Schwein mit gebratenem Speck ^{2, 3} & mit Käse ^g überbacken A: 3,30€ B: 3,60€  | gebratenes Zanderfilet ^{a1, d} A: 3,90€ B: 4,20€  | " Bierkutschersteak " aus dem Schweinenacken ^g mit Tomate und Käse ^{c, g, i} überbacken A: 3,50€ B: 3,80€  |
| | | Pommes Frites A: 1,00€ B: 1,10€  | & mit Käse ^g überbacken A: 3,30€ B: 3,60€  | Zitronenbuttersauce ^{c, g, i} A: 0,60€ B: 0,70€  | Kartoffelgratin ^{a1, c, g} A: 1,50€ B: 1,70€  |
| | | | geschmorte Champignons A: 1,00€ B: 1,10€  | Brokkoli ¹ A: 1,00€ B: 1,10€  | |
| | | | Kartoffeltwister ^{4, a1} A: 1,00€ B: 1,10€  | Salzkartoffeln A: 1,00€ B: 1,10€  | |



| | | | | |
|--|---|--|---|---|
| Vollkornspaghetti ^{a1} mit Bolognese von roten Linsen A: 3,60€ B: 4,00€ | Zartweizen- Kartoffel- Gratin ^{a1} mit roter Bete und Möhren A: 3,20€ B: 3,60€ | Tagliatelle ^{a1} mit Lauch-Sojasahne- Sauce ^{4, r} und gehackten Walnüssen ^{h3} A: 3,60€ B: 4,00€ | Asiatische Gemüsepfanne ^{a1} mit Tofu und Duftreis A: 4,10€ B: 4,50€ | Kichererbsen- Tomaten- eintopf mit Pinienkernen und Roggenbrötchen A: 3,80€ B: 4,10€ |
|--|---|--|---|---|

Täglich

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,60€ | Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,60€ | Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,60€ | Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,60€ | Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,60€ |
| Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,70€ | Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,70€ | Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,70€ | Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,70€ | Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,70€ |
| Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,10€ | Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,10€ | Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,10€ | Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,10€ | Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,10€ |
| Pastabuffet pro 100g A: 0,75€ B: 0,80€ | Pastabuffet pro 100g A: 0,75€ B: 0,80€ | Pastabuffet pro 100g A: 0,75€ B: 0,80€ | Pastabuffet pro 100g A: 0,75€ B: 0,80€ | Pastabuffet pro 100g A: 0,75€ B: 0,80€ |



Green



Lamm



Wild



artgerechte Schweine-
Tierhaltung



Schweine-
fleisch



Rindfleisch



Fisch



Vegan



Vegetarisch



Geflügel

Die im Wochenplan ausgewiesene
Zusatzstoff- und
Allergenkennzeichnung kann
tagesaktuell abweichen. Bitte
beachten Sie die Tagesaushänge.
Änderungen vorbehalten.
Änderungen vorbehalten