



































Speiseplan

Mensa Bremerhaven (KW 43: 23.10. - 27.10.2017)









































	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen 1	Rohkostsalat ^g gebratene Krakauer ^{11, i, j} mit Tomaten-Currysauce ⁵ dazu Pommes Frites A: 2,35€ B: 4,35€ 	Salatmix ^{1, c, j} , Lasagne ^{a1, c} mit Gouda ^g überbacken A: 2,35€ B: 4,35€ 	Krautsalat, Geflügelgyros mit Zaziki ^g und Tomatenreis A: 2,35€ B: 4,35€ 	Tagessuppe ^{1, a1, g} , Rahmgeschnetzeltes ^{a1} vom Schwein mit grünen Bohnen ¹ dazu Reis A: 2,35€ B: 4,35€ 	Tagessuppe ^{1, a1, g} , Fischfilet ^{a1, d, g} mit Blattspinat ^{1, a1, g} & Salzkartoffeln A: 2,35€ B: 4,35€ 
Essen 1 vegetarisch	Rohkostsalat ^g , Bratwurst ^{a1, c, f, j} mit Tomaten-Currysauce ⁵ dazu Pommes Frites A: 2,35€ B: 4,35€ 	Salatmix ^{1, c, j} , Spinatlasagne ^{1, a1, c, g} mit Gouda ^g überbacken A: 2,35€ B: 4,35€ 	Krautsalat, Falafel ^{4, a1, l} mit Zaziki ^g und Tomatenreis A: 2,35€ B: 4,35€ 	Tagessuppe ^{1, a1, g} , Sojageschnetzeltes ^{a1, f} mit grünen Bohnen ¹ dazu Reis A: 2,35€ B: 4,35€ 	Tagessuppe ^{1, a1, g} , Rührei ^{1, c, g} mit Blattspinat ^{1, a1, g} & Salzkartoffeln A: 2,35€ B: 4,35€ 
Essen 2	Chili con Carne ^{a1} , scharfer pikanter Bohnensuppentopf, mit Rindfleisch A: 1,35€ B: 3,15€ 	2 Fischfrikadellen ^{a1, d, g} mit Kartoffelsalat ^{1, c, j} A: 1,35€ B: 3,15€ 	Milchreis ^g mit heißen Erdbeeren Zimt & Zucker A: 1,35€ B: 3,15€ 	Hochzeitssuppe ^c mit Spargel, Eierstich, Huhn, Geflügelmett- bällchen ^c & Nudeln ^{a1} A: 1,35€ B: 3,15€ 	Frühlingsuppe ⁱ mit Gemüse ^{a1} und Nudeln ^{a1} A: 1,35€ B: 3,15€ 
Extra Essen	Schweinesteak „Strindberg“ Zwiebel-Senf-Kruste ^j überbacken A: 3,70€ B: 3,90€ 	Putenschnitzel ^{a1, c} "Wiener Art" mit frischer Zitrone A: 2,90€ B: 3,00€ 	Rib - Eye - Steak A: 4,80€ B: 5,00€ 	Forelle ^{a1, d} A: 2,90€ B: 3,00€ 	Gyros - Brokkoli - Auflauf in Tomatensauce ^{1, a1} und mit Gouda ^g überbacken A: 3,70€ B: 3,90€ 
	Bratensauce A: 0,50€ B: 0,55€ 	geschmorte Champignons A: 1,00€ B: 1,05€ 	Sauce Bernaise ^{c, g, i} A: 0,60€ B: 0,65€ 	Gurkengemüse A: 1,00€ B: 1,05€ 	
	grüne Bohnen ¹ A: 1,00€ B: 1,05€ 	Kartoffeltwister ^{4, a1} A: 1,00€ B: 1,05€ 	Brokkoli ¹ A: 1,00€ B: 1,05€ 	Salzkartoffeln A: 1,00€ B: 1,05€ 	
	Kroketten ^{a1} A: 1,00€ B: 1,05€ 	Bratkartoffeln A: 1,00€ B: 1,05€ 			
mensaVital	Penne ^{a1} mit Bohnen-Tomaten- Ragout ^{a1, f, m} A: 3,60€ B: 3,80€ 	Zartweizen ^{a1} mit Maronen und Kürbis, dazu eine Erbsen-Guacamole ^{h1} A: 3,90€ B: 4,10€ 	Pikante Sesamnudeln mit asiatischen Pfannengemüse ^{a1, e, f, m} A: 3,30€ B: 3,50€ 	Süßkartoffel- Gemüse-Pfanne vegan A: 4,50€ B: 4,70€ 	Bohnen-Gemüse- Ragout mit Sojasprossen ^f und Erdnüssen ^e , dazu Kräuterkartoffeln A: 4,30€ B: 4,50€ 


























Täglich

Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 
Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 
Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 
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€

Cafeteria "
Snack it "

Currywurst ^{2, 3, 4} A: 2,50€ B: 2,60€ 	Currywurst ^{2, 3, 4} A: 2,50€ B: 2,60€ 	Currywurst ^{2, 3, 4} A: 2,50€ B: 2,60€ 	Currywurst ^{2, 3, 4} A: 2,50€ B: 2,60€ 	Currywurst ^{2, 3, 4} A: 2,50€ B: 2,60€ 
8 Chicken Nuggets ^{4, a1} Formfleischerzeugnis A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Chicken Nuggets ^{4, a1} Formfleischerzeugnis A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Chicken Nuggets ^{4, a1} Formfleischerzeugnis A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Chicken Nuggets ^{4, a1} Formfleischerzeugnis A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Chicken Nuggets ^{4, a1} Formfleischerzeugnis A: 2,50€ B: 2,60€ 
8 Vegetarische Valess Nuggets ^{4, a1, a4, c, f, g} A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Vegetarische Valess Nuggets ^{4, a1, a4, c, f, g} A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Vegetarische Valess Nuggets ^{4, a1, a4, c, f, g} A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Vegetarische Valess Nuggets ^{4, a1, a4, c, f, g} A: 2,50€ B: 2,60€ 	8 Vegetarische Valess Nuggets ^{4, a1, a4, c, f, g} A: 2,50€ B: 2,60€ 
paniertes Schweinelachs- schnittel ^{a1} A: 2,50€ B: 2,60€ 	paniertes Schweinelachs- schnittel ^{a1} A: 2,50€ B: 2,60€ 	paniertes Schweinelachs- schnittel ^{a1} A: 2,50€ B: 2,60€ 	paniertes Schweinelachs- schnittel ^{a1} A: 2,50€ B: 2,60€ 	paniertes Schweinelachs- schnittel ^{a1} A: 2,50€ B: 2,60€ 
Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 	Pommes große Portion A: 1,50€ B: 1,60€ 
Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 	Pommes kleine Portion A: 1,00€ B: 1,05€ 
Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 	Backkartoffel mit Kräutercreme ^g A: 2,30€ B: 2,40€ 
Heinz Dip Barbecue süß-sauer Curry A: 0,30€ B: 0,35€ 	Heinz Dip Barbecue süß-sauer Curry A: 0,30€ B: 0,35€ 	Heinz Dip Barbecue süß-sauer Curry A: 0,30€ B: 0,35€ 	Heinz Dip Barbecue süß-sauer Curry A: 0,30€ B: 0,35€ 	Heinz Dip Barbecue süß-sauer Curry A: 0,30€ B: 0,35€ 

Cafeteria belegte Brötchen	leckere belegte Brötchen in verschiedenen Variationen	leckere belegte Brötchen in verschiedenen Variationen	leckere belegte Brötchen in verschiedenen Variationen	leckere belegte Brötchen in verschiedenen Variationen	leckere belegte Brötchen in verschiedenen Variationen
Cafeteria Pizza & Co	Pizza ^{a1, g} "Feine Pute" mit fein gewürztem Blattspinat, frischen Cherrytomaten, geräucherten Putenbrustscheiben und Sauce ^{c, g, i} Hollandaise A: 3,00€ B: 3,10€ 	Pizza ^{a1, g} "Feine Pute" mit fein gewürztem Blattspinat, frischen Cherrytomaten, geräucherten Putenbrustscheiben und Sauce ^{c, g, i} Hollandaise A: 3,00€ B: 3,10€ 	Pizza ^{a1, g} "Feine Pute" mit fein gewürztem Blattspinat, frischen Cherrytomaten, geräucherten Putenbrustscheiben und Sauce ^{c, g, i} Hollandaise A: 3,00€ B: 3,10€ 	Pizza ^{a1, g} "Feine Pute" mit fein gewürztem Blattspinat, frischen Cherrytomaten, geräucherten Putenbrustscheiben und Sauce ^{c, g, i} Hollandaise A: 3,00€ B: 3,10€ 	Pizza ^{a1, g} "Feine Pute" mit fein gewürztem Blattspinat, frischen Cherrytomaten, geräucherten Putenbrustscheiben und Sauce ^{c, g, i} Hollandaise A: 3,00€ B: 3,10€ 
	Pizza ^{a1} "To-Mo" mit ^g Tomate, Mozzarella und Rucola A: 2,70€ B: 2,80€ 	Pizza ^{a1} "To-Mo" mit ^g Tomate, Mozzarella und Rucola A: 2,70€ B: 2,80€ 	Pizza ^{a1} "To-Mo" mit ^g Tomate, Mozzarella und Rucola A: 2,70€ B: 2,80€ 	Pizza ^{a1} "To-Mo" mit ^g Tomate, Mozzarella und Rucola A: 2,70€ B: 2,80€ 	Pizza ^{a1} "To-Mo" mit ^g Tomate, Mozzarella und Rucola A: 2,70€ B: 2,80€ 
	Türkische Pizza ^{a1, f, g} mit Rinderhack und Mix Salat A: 3,00€ B: 3,10€ 	Türkische Pizza ^{a1, f, g} mit Rinderhack und Mix Salat A: 3,00€ B: 3,10€ 	Türkische Pizza ^{a1, f, g} mit Rinderhack und Mix Salat A: 3,00€ B: 3,10€ 	Türkische Pizza ^{a1, f, g} mit Rinderhack und Mix Salat A: 3,00€ B: 3,10€ 	Türkische Pizza ^{a1, f, g} mit Rinderhack und Mix Salat A: 3,00€ B: 3,10€ 
	Elsässer ^{a1} Flammkuchen ^g mit Schmand ^{2, 3, 4} , Schinken und Frühlingslauch A: 3,20€ B: 3,40€ 	Elsässer ^{a1} Flammkuchen ^g mit Schmand ^{2, 3, 4} , Schinken und Frühlingslauch A: 3,20€ B: 3,40€ 	Elsässer ^{a1} Flammkuchen ^g mit Schmand ^{2, 3, 4} , Schinken und Frühlingslauch A: 3,20€ B: 3,40€ 	Elsässer ^{a1} Flammkuchen ^g mit Schmand ^{2, 3, 4} , Schinken und Frühlingslauch A: 3,20€ B: 3,40€ 	Elsässer ^{a1} Flammkuchen ^g mit Schmand ^{2, 3, 4} , Schinken und Frühlingslauch A: 3,20€ B: 3,40€ 
	Gnocchi "Mafiosi" mit Rucola in scharfer Knoblauch-Tomatensauce A: 3,00€ B: 3,10€ 	Gnocchi "Mafiosi" mit Rucola in scharfer Knoblauch-Tomatensauce A: 3,00€ B: 3,10€ 	Gnocchi "Mafiosi" mit Rucola in scharfer Knoblauch-Tomatensauce A: 3,00€ B: 3,10€ 	Gnocchi "Mafiosi" mit Rucola in scharfer Knoblauch-Tomatensauce A: 3,00€ B: 3,10€ 	Gnocchi "Mafiosi" mit Rucola in scharfer Knoblauch-Tomatensauce A: 3,00€ B: 3,10€ 