

Speiseplan Mensa Gießberg

Unser kulinarisches Angebot vom 29.11. bis 03.12.2021

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Seezeit-Teller	Kichererbsen Curry mit Kokosmilch, Blattspinat und Möhren dazu Bulgur (25a,33,34) und Frischobst	Schweineschnitzel mit Zitronenecke (8,25a,28,34) mit Pommes frites, Ketchup (9) und Rohkostsalat (Gurke,Karotte, Radieschen) (36)	Kürbisgulasch mit Kartoffel und Paprika (3,4,33,34), Vollkornreis dazu Karottensalat (36)	Hacksteak mit Käsefüllung (25a,28,31) dazu Bohnen mit Tomaten und Oliven (6), Reis und Blattsalat mit dunklem Balsamicodressing (1,34,36)	Alaska-Seelachs-Filetstücke in Knusperbackteig (25a,26,31,34) mit Remouladensauce (1,2,9,28), Karottensalat (36), Rosmarinkartoffeln und Vanillepudding (31)
	3,10 € 4,25 € 5,95 € 5,95 €	3,10 € 4,25 € 5,95 € 5,95 €	3,10 € 4,25 € 5,95 € 5,95 €	3,10 € 4,25 € 5,95 € 5,95 €	3,10 € 4,25 € 5,95 € 5,95 €
KombinierBar	zwei Frikadellen (25a,31,33,34) mit Paprikasauce (9)	Grünkern-Käse Medaillons (25a,28,30,31,33,35) mit Senfrahmsauce (3,31,33,34,36)	Fischstäbchen (25a,26) mit Remouladensauce (1,2,9,28)	Pilzragout (mit Stein-, Austern-, Shitakepilzen) (3,25e,33,34)	Gemüse-Reis-Bällchen mit Sauce all arrabiata (3,4,34)
	1,60 € 2,55 € 4,25 € 4,25 €	1,60 € 2,55 € 4,25 € 4,25 €	1,60 € 2,55 € 4,25 € 4,25 €	1,60 € 2,55 € 4,25 € 4,25 €	1,60 € 2,55 € 4,25 € 4,25 €
Beilagen	Spätzle (25a,25d,28) Rahmkartoffel (28,30,31) Zucchini-Maisgemüse (3) Blattsalat mit dunklem Balsamicodressing (1,34,36) Joghurt mit Früchten (31)	Rosmarinkartoffeln Reis Rosenkohl Blattsalat mit Frenchdressing (2,28,31,34,36) Himbeerquark (31)	Kartoffelpüree (31) Kräuterkartoffeln Rahmspinat (3,31,33,34) Blattsalat mit dunklem Balsamicodressing (1,34,36) Griechischer Joghurt mit Honig (31)	Semmelknödel (25a,28) Kartoffeln Karotten-Erbsengemüse Blattsalat mit Kräuterdressing (3,34,36) Mousse au chocolat (30,31)	Vollkorn Penne (25a) Pommes frites Zucchini Blattsalat mit dunklem Balsamicodressing (1,34,36) Vanillepudding (31)
	0,75 € 0,85 € 0,85 € 0,85 €	0,75 € 0,85 € 0,85 € 0,85 €	0,75 € 0,85 € 0,85 € 0,85 €	0,75 € 0,85 € 0,85 € 0,85 €	0,75 € 0,85 € 0,85 € 0,85 €
Abendessen	Spanische Fleischbällchen "Albondigas" (2,3,25a,28) mit Paprikasauce (9) und Kartoffeln - oder - zwei Kartoffeltaschen mit Frischkäse gefüllt (31) mit Paprikasauce (9) und Kartoffeln	zwei Frikadellen vom Schwein (25a,31,33,34) oder zwei Gemüsefrikadellen (25a,28) mit Kürbissauce (33,34) und Reis	Pasta (25a) mit Puten-Zitronen-Sesamsauce und Erbsen (2,19,31,35,36) - oder - mit Gemüsebolognese (33)	Gyrosgeschnetzeltes (33,34) mit Tzatziki (3,31) und Reis - oder - Kürbisgulasch mit Kartoffel und Paprika (4,33,34) dazu Reis	geschlossen
	2,80 € 2,80 € 2,80 € 2,80 €	2,80 € 2,80 € 2,80 € 2,80 €	2,80 € 2,80 € 2,80 € 2,80 €	2,80 € 2,80 € 2,80 € 2,80 €	2,80 € 2,80 € 2,80 € 2,80 €
AI stuDente Tagespreis	Pasta (25a) mit Kalbfleisch und Tomaten-Ruccola Sauce (2,4,19,36)	Pasta (25a) mit Puten-Zitronen-Sesamsauce und Erbsen (2,19,31,35,36)	Pasta (25a) mit Rinder-Gemüsebolognese (3,19,33,36)	Pasta (25a) mit Kalbfleisch und Tomaten-Ruccola Sauce (2,4,19,36)	Pasta (25a) mit Puten-Zitronen-Sesamsauce und Erbsen (2,19,31,35,36)
AI stuDente vegetarisch Tagespreis	Pasta (25a) mit Thai - Gemüsesauce (3)	Pasta (25a) mit Kürbis-Kokos Sauce (2,3)	Pasta (25a) mit Gemüsebolognese (33)	Pasta (25a) mit Thai - Gemüsesauce (3)	Pasta (25a) mit Kürbis-Kokos Sauce (2,3)

Für Fragen steht Ihnen unser Mensaleiter Jürgen Doser gerne zur Verfügung. Tel +49 7531-978 2320 E-mail: juergen.doser@seezeit.com

Reihenfolge der Preisangabe: Studierende, Mitarbeiter, Gäste Schüler - Änderungen unseres Angebots und der Allergenkennzeichnung bleiben vorbehalten. Bitte beachten Sie unsere Tagespläne und Monitore.

Schweinefleisch, = Rindfleisch oder Kalb, = Vegetarische Kost, = Lamm, = Fisch, = Geflügel, = Wild = vegan, = bessere Tierhaltung, Zusatzstoff-Kennz.: 1) Farbstoff, 2) Konservierungsstoff, 3) Antioxidationsmittel, 4) Geschmacksverstärker, 5) geschwefelt, 6) geschwärzt, 7) gewachst, 8) Phosphat, 9) Süßungsmittel, 10) enthält eine Phenylalaninquelle, 11) genetisch verändert, 12) enthält Sojaöl aus genetisch verändertem Soja hergestellt, 18) enthält Formfleisch, 19) enthält Alkohol, Allergene: 25) glutenhaltiges Getreide: 25a) Weizen, 25b) Roggen, 25c) Gerste, 25d) Dinkel, 25e) Hafer, 25f) Kamut; 26) Fisch; 27) Krebstiere; 28) Eier; 29) Erdnüsse; 30) Soja; 31) Milch, Laktose; 32) Schalenfrüchte: 32a) Mandeln, 32b) Queenslandnüsse, 32c) Haselnüsse, 32d) Pecannüsse, 32e) Paranüsse, 32f) Macadamianüsse, 32g) Kaschunüsse, 32h) Walnüsse, 32i) Pistazien; 33) Sellerie; 34) Senf; 35) Sesam; 36) Schwefeldioxid bzw. Sulfite ab 10mg pro kg/ltr; 37) Lupine; 38) Weichtiere und Erzeugnisse aus 25-38 · Wir sind zertifiziert nach der DE-Öko-Verordnung und werden laufend von der DE-ÖKO-005 Kontrollstelle kontrolliert.