

# Speiseplan Mensa Ravensburg

## Unser kulinarisches Angebot vom 02.10. bis 06.10.2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Seezeit-Teller</b>	 geschlossen 3,50 €   4,70 €   6,70 €	 geschlossen 3,50 €   4,70 €   6,70 €	  Kürbispulasch mit Kartoffel, Paprika (33,34) und Vollkornreis dazu Rohkostsalat (Karotten, Zucchini, Rettich, Kräuterdressing) (34,36) 3,50 €   4,70 €   6,70 €	  Kürbiskernröstis mit Schnittlauch-Tomatenquark (31) und Salatgarnitur (Karotten, Zucchini, Rettich) (34,36) dazu Pfirsich-Maracuja Joghurt (31) 3,50 €   4,70 €   6,70 €	   Alaska-Seelachs Filet "Bordelaise" (25a,26) mit Weißweinsauce (19,31,36) und Kartoffelpfanne (Sellerie, Karotte, Lauch) (33) dazu Karottensalat (36) 3,50 €   4,70 €   6,70 €
<b>KombinierBar</b>			 Chicken Nuggets (25a) mit BBQ Sauce (1,9,34) 1,90 €   2,80 €   4,20 €	  Indisches Curry 1,90 €   2,80 €   4,20 €	 Grünkohl-Hanf-Bällchen mit Rohkostsalat (Rote, Bete, Apfel, Sellerie) (9,33,34,36) 1,80 €   2,60 €   3,80 €
<b>Beilagen</b>			Pommes frites   Zucchini   Salat   Dessert 0,80 €   0,90 €   1,00 €	Mie-Nudeln (25a,28)   Asia-tisches Gemüse (2,4,25a,30, 31,33)   Salat   Dessert 0,80 €   0,90 €   1,00 €	Pommes frites   Mandel-brokkoli (32a)   Salat   Dessert 0,80 €   0,90 €   1,00 €

Für Fragen steht Ihnen unser Mensaleiter Tino Haller gerne zur Verfügung. Tel +49 7531-978 2350 E-mail: Tino.Haller@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.