





























# Speiseplan Mensa Ravensburg

## Unser kulinarisches Angebot vom 17.01. bis 21.01.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Seezeit-Teller</b>	  Kalbsgulasch mit Champignons und Zwiebeln (31), Spätzle (25a,25d,28) dazu Frischobst	  Tortelloni gefüllt mit Zucchini und Tomaten (25a), Petersilien-Mandelpesto (3, 32a) dazu Rohkostsalat (Zucchini, Paprika, Zwiebeln, Tomatendressing) (4,36)	  Chicken Nuggets (25a) mit BBQ Sauce (1,3,9), Pommes frites und Coleslaw Salat (Weißkraut, Karotte, Zwiebel) (2,28,36)	  Gemüse Curry mit Kokosmilch (Karotten, Erbsen, Pilze) mit Vollkornreis und Frischobst	   Lachsauflauf mit Kartoffel, Spinat und Lauch (25a,26,28,31,33) dazu Waldbeerquark (31)
	3,40 €   4,25 €   5,95 €   5,95 €	3,40 €   4,25 €   5,95 €   5,95 €	3,40 €   4,25 €   5,95 €   5,95 €	3,40 €   4,25 €   5,95 €   5,95 €	3,40 €   4,25 €   5,95 €   5,95 €
<b>KombinierBar</b>	 Mediterrane Teigtasche mit Weichkäsefüllung (3, 25a,28,31) und Mojo Verde (3,36)	  Spanische Fleischbällchen "Albondigas" (2,3, 25a,28) mit Tomatensauce (3,19,33,34,36)	 Couscous-Gemüse-Törtchen (25a) mit Ratatouille (2,4)	   Hackbraten (2, 3,25a,28) mit Paprikasauce (9)	 Blumenkohl-Käsemedaillon (25a,31) mit Champignonrahmsauce (31)
	1,90 €   2,55 €   4,25 €   4,25 €	1,90 €   2,55 €   4,25 €   4,25 €	1,90 €   2,55 €   4,25 €   4,25 €	1,90 €   2,55 €   4,25 €   4,25 €	1,90 €   2,55 €   4,25 €   4,25 €
<b>Beilagen</b>	Kroketten (1,25a,30,31)   Zucchini-Maisgemüse (3)   Salat   Dessert	Rosmarinkartoffeln   Kaiser- gemüse   Salat   Dessert	Pommes frites   Misch- gemüse (3)   Salat   Dessert	Spiral Nudeln (25a)   grüne Bohnen   Salat   Dessert	Reis   Mandelbrokkoli (32a,33)   Salat   Dessert
	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 €

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 Allergenkezeichnung 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.