




# Mensa Schweningen

	Montag 28.11.	Dienstag 29.11.	Mittwoch 30.11.	Donnerstag 01.12.	Freitag 02.12.	Samstag 03.12.
<b>Essen 1</b> Studierende, Schüler: 3,45 € Mitarbeitende: 4,75 € Gäste: 6,90 €	STUDY & FIT Kürbisragout süß-sauer Reispfanne Beilagensalat oder Regio-Apple So,GlW,Gl	STUDY & FIT Bio Quinoa mit Nüssen, Bohnen und Auberginen Gemüsekadelle Sauerrahmdip Beilagensalat oder Regio-Apple ML,GlW,Gl,Ei	STUDY & FIT Eierpfannkuchen mit Quarkfüllung Vanillesauce Apfelmus Zimtucker Beilagensalat oder Regio-Apple ML,Ei,Gl,GW	STUDY & FIT Brokkoli-Linsenpfanne mit Bio Tofu Basmatireis Karottensalat GlW,So,Sf,Gl	Brokkoli-Nussecken Mediterrane Gemüsesauce Bio Dinkel-Walznudeln Beilagensalat oder Regio-Apple Ei,Gl,GH,NH,NM,Nu,Se,GlW	/
<b>Essen 2</b> Studierende, Schüler: 3,45 € Mitarbeitende: 4,75 € Gäste: 6,90 €	Hacksteak Berner Art Tomaten-Olivenragout Bio Farfalle Brokkoligemüse 5,sch,ri,o Sn,Gl,Ei,GlW,ML	Chili con Carne Sauerrahmdip Country Potatoes Beilagensalat oder Regio-Apple ML,Sn,Se	Badisches Schäufele Bratensauce Kartoffelbrei Sauerkraut sch ML,GlW,Gl	Gemüsemaultaschen Zwiebelsauce Kartoffelsalat Beilagensalat oder Regio-Apple Gl,Ei,Sf,Sn,GlW,Se	STUDY & FIT Wildlachsfilet Mediterrane Gemüsesauce Bio Vollkornspaghetti Blattspinat nF,o ML,Se,Fi,Gl,GlW	/
<b>Essen 3</b> Studierende, Schüler: 3,45 € Mitarbeitende: 4,75 € Gäste: 6,90 €	/	Hacksteak Berner Art Bratensauce Langkorn-Wildreis Rustico Karotten ri,sch GlW,Sn,Gl,Ei,ML	/	/	/	/
<b>Wochenangebot</b> Studierende, Schüler: 3,70 € Mitarbeitende: 5,10 € Gäste: 6,90 €	Paniertes Schweineschnitzel Pommes frites Beilagensalat sch Gl,GlW	Paniertes Schweineschnitzel Pommes frites Beilagensalat sch Gl,GlW	Paniertes Schweineschnitzel Pommes frites Beilagensalat sch Gl,GlW	Paniertes Schweineschnitzel Pommes frites Beilagensalat sch Gl,GlW	/	/
<b>Wochenangebot</b> Studierende, Schüler: 4,55 € Mitarbeitende: 5,95 € Gäste: 7,65 €	Chicken Wings Pommes frites Beilagensalat 5	Chicken Wings Pommes frites Beilagensalat 5	Chicken Wings Pommes frites Beilagensalat 5	Chicken Wings Pommes frites Beilagensalat 5	/	/

-  vegetarisch
-  vegan
-  auf Wunsch vegan

**Kennzeichnungen/Zusatzstoffe:** nF: aus nachhaltigem Fischfang, o: Hauptzutut der bio-gekennzeichnet. Komponente ist bio, ri: mit Rindfleisch, sch: mit Schwein, 4: mit Farbstoff, 5: mit Antioxidationsmittel, 6: mit Konservierungsstoff, 8: mit Phosphat

**enthält Allergene:** Ei: Eier, Fi: Fisch, Gl: GLUTENHALTIGES Getreide, GIG: Gerste, GIH: Hafer, GIW: Weizen, ML: Milch /-erzeugnisse, NH: Haselnuss, NM: Mandel, Nu: SCHALENFRÜCHTE/Nüsse, Sa: Sesam, Se: Sellerie, Sf: Schwefeldioxid/Sulfite, Sn: Senf, So: Soja

Bio-zertifiziert: DE-ÖKO-005