STUDIERENDENWERK SAARLAND

Speiseplan für Mensa HTW Saar CAS
KW 45: 02.11.2026 - 06.11.2026

	Mo (02.11.2026)	Di (03.11.2026)	Mi (04.11.2026)	Do (05.11.2026)	Fr (06.11.2026)
Menü 1	**Hähnchenbrustfilet** mit einer Kokos-Zitronengras-Creme, und Basmatireis, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Geflügel*	**VeggieDay: Sellerie-Knusperschnitzel** mit einer Zitronenecke, dazu Pommes Frites, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Sellerie, Weizen*	**Hausgemachter Hackbraten Italia** dazu Soße Provencial, und Penne, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Geschmacksverstärker, Schweinefleisch, mit tierischem LAB, Ei, Milch und Laktose, Senf, Weizen*	**Bratwurst vom Rind** mit einem Cocktail Dip, dazu Bratkartoffeln, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel*	**Chili-Spaghetti mit Knoblauch und Parmesan mit Thunfisch** Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, geschwärzt, Knoblauch, Ei, Fisch, Milch und Laktose, Weizen*
Menü 2	**Pasta Spaghetti** dazu Rahmsoße Crema mit Blattspinat und Walnüssen, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Weizen*	**Grünes Thai Curry mit Pak Choi, Karotten, Champignons, Zitronengras und Kokosmilch** Basmatireis, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: vegan, Knoblauch, Fisch, Milch und Laktose, Sellerie, Senf*	**Kartoffelpfanne mit Broccoli, Kohlrabi, Mais und Karotten in Thymiancreme** Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Milch und Laktose, Weizen*	**Vollkornpenne** mit Grünkernbolognaise, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: vegan, Weizen*	**Kräuter-Ebly** dazu Tomatensugo mit Bohnen, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Weizen*
Wahlessen	**Tagesaktuell** **Süßkartoffelpfanne mit Sellerie, Paprika und Paprika** mit einem veganem Hummus-Dip *Inhaltsstoffe: Sellerie*	**Tagesaktuell** **Hausgemachte Gemüsefrikadelle** dazu braune Soße, und falsche Bratkartoffeln Low Carb aus Kohlrabi *Inhaltsstoffe: Geschmacksverstärker, Knoblauch, Ei, Sellerie, Senf, Weizen*	**Tagesaktuell** **Herbstlich-Winterliche Bowl mit Bulgur, Champignons, Kürbiskernen und Tofu** *Inhaltsstoffe: vegan, Farbstoff, Süßungsmittel, Soja, Schwefeldioxid / Sulfite, Weizen*	**Tagesaktuell** **Herbstlicher Burrito mit Champignons, Rosenkohl, Broccoli, Sellerie und Walsnüssen** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Backtriebmittel, Milch und Laktose, Sellerie, Weizen, Walnüsse*	**Tagesaktuell** **Fischburger mit hausgemachter Remouladensoße** und Bratkartoffeln *Inhaltsstoffe: Süßungsmittel, Fisch aus nachhaltigem Fang, Ei, Fisch, Senf, Sesamsamen, Weizen*

Kurzfristige Änderungen des Speiseplans behalten wir uns vor.
Wir wünschen Ihnen guten Appetit.