STUDIERENDENWERK SAARLAND

Speiseplan für Mensa HTW Saar CAS
KW 46: 09.11.2026 - 13.11.2026

	Mo (09.11.2026)	Di (10.11.2026)	Mi (11.11.2026)	Do (12.11.2026)	Fr (13.11.2026)
Menü 1	**Paniertes Schnitzel vom Schwein** mit Käsesoße, und Spätzle, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Weizen*	**Frikadelle vom Rind** mit Rahmsoße Crema, dazu hausgemachter Kartoffelstampf, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei, Weizen*	**Hähnchenpfanne Thai Curry mit Broccoli, Zitronengras und Paprika** dazu gebratene Nudeln, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Geflügel, Knoblauch, Weizen*	**1 Paar Merguez oder Rindswurst** mit einer griechischen Reispfanne, und Tzatziki, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Senf*	**Lyonerpfanne Italia mit Pizzafleischkäse, Zucchini, Karotten, Lauch und frischen Kräutern** Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Tagesdessert *Inhaltsstoffe: Geschmacksverstärker, Weizen*
Menü 2	**Kartoffelpfanne mit Spinat, Champignons, Karotten und Kohlrabi** dazu Kräuterquark, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst	**rein pflanzlich Gemüsereis mit Erdnüssen und Kokosflocken** Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Erdnüsse, Soja, Sellerie, Senf, Weizen*	**rein pflanzlich Kräuter-Cous Cous (aus biologischem Anbau)** mit einem Kichererbsen-Chili, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Weizen*	**rein pflanzlich** Pasta Penne mit einem Karotten-Thymianpesto, dazu geröstetes Erbsen-Duo, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst	**rein pflanzlich Romanesco-Creme-Suppe dazu gebackener Blumenkohl und Broccoli** dazu 1 Laugenstange mit Sonnenblumenkernen, Blattsalat, Joghurtdressing, Kräuterdressing, Obst *Inhaltsstoffe: Soja*
Wahlessen	**rein pflanzlich: Süßkartoffelpfanne mit Sellerie,Paprika und Wirsing** mit Hummus-Dip *Inhaltsstoffe: Sellerie*	**Vegetarisch gefüllte Frühlingsrolle mit Süß-Saurem-Dip** und Chinsesische Nudeln *Inhaltsstoffe: Backtriebmittel, Soja, Sellerie, Weizen*	**Jeden Mittwoch in der Mensa Löffelzeit - Supper oder Eintopf:** **Tortelloni mit Ricotta-Spinatfüllung** Arrabiata mit Putenschinken *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen*	**Gebackene Hähnchenkeule** mit Pommes Frites mit hausgemachtem Pommesgewürz *Inhaltsstoffe: Geflügel*	**Pizza Vegetaria mit Gemüse** *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen*

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