STUDIERENDENWERK SAARLAND

Speiseplan für Mensa / Mensacafe Saarbrücken
KW 47: 16.11.2026 - 20.11.2026

	Mo (16.11.2026)	Di (17.11.2026)	Mi (18.11.2026)	Do (19.11.2026)	Fr (20.11.2026)
Menü 1	**Jägerpfanne** Reis, Vitaminsalat, Apfelquark *Inhaltsstoffe: Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Knoblauch, Milch und Laktose*	**„rein pflanzlich“ Knusper Schnitzel** Tomatensalsa, Pommes Frites, Bunt gemischter Blattsalat, Weiße Salatsoße Dressing, Klare Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Phosphat, Weizen, Gerste*	**Cevapcici mit scharfer Gemüsesoße** Reis, Salat Esterhazy, Sahnepudding *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Knoblauch, aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei*	**Hähnchenbrustfilet Toscana** Paprikarahmsoße, Reis, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Geflügel*	**Paniertes Schnitzel vom Schwein** Ketchup, Pommes Frites, Bunt gemischter Blattsalat, Weiße Salatsoße Dressing, Klare Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Weizen*
Menü 2	**Kartoffel-Möhren-Kichererbsen-Eintopf** Brötchen, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch*	**Schupfnudeln mit buntem Gemüse** Gurken-Bohnen-Tomatensalat, Pfirsich-Joghurtcreme *Inhaltsstoffe: Ei, Weizen*	**Tomatenmakkaroni mit geriebenem Käse** Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Knoblauch, Ei, Milch und Laktose, Sellerie, Weizen*	**Linsen-Gemüse-Chili** Vollkornnudeln, Gurkensalat Toskana, Stracciatella-Bananen-Sahnequark *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Sellerie, Senf, Schwefeldioxid / Sulfite*	**Buntes Gemüse in Cremiger Soße mit gebackenem Tofu und Vollkornpasta** Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Stracciatella-Quark *Inhaltsstoffe: Soja, Milch und Laktose, Weizen*
Wahlessen	**Hähnchenstreifen in Rucolasoße mit Bandnudeln** *Inhaltsstoffe: Geflügel, Ei, Milch und Laktose, Weizen* **Spaghetti** „rein pflanzlich“ Soja Bolognaise, „rein pflanzlich“ Geriebener Käse *Inhaltsstoffe: Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Lollo Rosso, Radicchio, Klare Salatsoße	**Pizza Griechischer Art** *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen* **„rein pflanzlich“ Spaghetti Primavera** *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Soja, Sesamsamen, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Romasalat, Kopfsalat, Klare Salatsoße, Cocktailsoße, Kräuter	**ZiS: Spezialitätentag** Khoresht-e Gheymeh, Basmatireis **Hamburger Italian Bastard** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Knoblauch, aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei, Milch und Laktose, Senf, Sesamsamen, Weizen, Kaschunüsse* **Hamburger Italian Bastard** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Knoblauch, aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei, Milch und Laktose, Senf, Sesamsamen, Weizen, Kaschunüsse* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Eichblattsalat, Radicchio, Klare Salatsoße	**Fish and chips** Dönerwrap mit Aiolisoße *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Fisch aus nachhaltigem Fang, Fisch, Milch und Laktose, Senf, Weizen* **Flammkuchen Elsässer Art** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Milch und Laktose, Weizen* **Flammkuchen mit buntem Gemüse** *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Chicoree, Lollo Bianco, Radicchio, Klare Salatsoße	**Hühnerfilet in Southern Fried Panade** Twister Fries, Scharfer Tomatencreme-Dip **„rein pflanzlich“ Sesam-Karotten-Knusperstick** Hausgemachter Kartoffelstampf, Braune Soße *Inhaltsstoffe: Sellerie, Sesamsamen, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Kopfsalat, Endiviensalat, Radicchio, Klare Salatsoße
Mensacafé	**Poutine BBQ Pulled Pork Style** Coleslaw Topping *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Schweinefleisch, Milch und Laktose, Sellerie*	**„rein pflanzlich“ Quinoa-Kürbis-Bowl mit gerösteten Pinienkernen und Falafel** „rein pflanzlich“ Knoblauch-Kräuter-Dip *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Senf*	**„rein pflanzlich“ Rote-Beete Sandwich** „rein pflanzlich“ Kräuter-Dip *Inhaltsstoffe: Sesamsamen, Weizen, Gerste, Hafer*	**„rein pflanzlich“ Schmorgemüse in Rotweinsoße** Polenta *Inhaltsstoffe: Antioxidationsmittel, Alkohol, Knoblauch, Soja, Sellerie, Schwefeldioxid / Sulfite, Weizen*	**Bunter Blattsalatteller** Klare Salatsoße **Bunter Blattsalatteller** Klare Salatsoße

	Mo (16.11.2026)	Di (17.11.2026)	Mi (18.11.2026)	Do (19.11.2026)	Fr (20.11.2026)

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