STUDIERENDENWERK SAARLAND

Speiseplan für Mensa / Mensacafe Saarbrücken
KW 48: 23.11.2026 - 27.11.2026

	Mo (23.11.2026)	Di (24.11.2026)	Mi (25.11.2026)	Do (26.11.2026)	Fr (27.11.2026)
Menü 1	**Mini Bifteki vom Rind** Chili-Kräuterdip, Pommes Frites, Alternativbeilage, Bunter Weißkrautsalat, Grieß-Pudding *Inhaltsstoffe: aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei, Milch und Laktose*	**Hähnchenbrustfilet Toscana** Tomatensoße mit Gemüse, Reis, Alternativbeilage, Bunt gemischter Blattsalat, Weiße Salatsoße Dressing, Klare Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Geflügel*	**Gebackener Fleischkäse italienischer Art** Ketchup, Pommes Frites, Alternativbeilage, Bohnensalat, Himbeerquark *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Milch und Laktose*	**Gulasch vom Schwein Gärtnerin Art** Spätzle, Alternativbeilage, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch*	**Cevapcici** Tzatziki, Pommes Frites, Alternativbeilage, Weisskrautsalat, Mandarinenquark *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Knoblauch, aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch, Ei*
Menü 2	**Chili-Pasta mit Knoblauch und Hartkäse** Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, mit tierischem LAB, Milch und Laktose, Weizen, Pistazien*	**Chili sin carne** Nachos, Karottensalat, Sahnepudding *Inhaltsstoffe: Knoblauch, vegetarisch, vegan*	**Punjabi Rajma (Indisches Gericht)** Reis, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Weizen*	**rein pflanzlich Gemüse-Paella** Kräuterdip, Pusztasalat, Pudding Karamel *Inhaltsstoffe: Knoblauch*	**Herzhafter Kartoffelauflauf mit Blumenkohl und Broccoli** Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße Dressing, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Ei, Milch und Laktose, Sellerie, Senf*
Wahlessen	**Indisches Butter Chicken** Basmatireis (aus biologischem Anbau) *Inhaltsstoffe: Geflügel, Knoblauch, Milch und Laktose* **rein pflanzlich Penne Rigate mit getrockneten Tomaten** *Inhaltsstoffe: geschwärzt, vegan, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Lollo Rosso, Radicchio, Klare Salatsoße	**Bulgur-Tomaten-Rucolasalat mit Schweinerückensteak** *Inhaltsstoffe: Antioxidationsmittel, geschwefelt, Schweinefleisch, Schwefeldioxid / Sulfite, Weizen* **Pizza Diavolo mit Peperoni, Salami und Paprika** *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Milch und Laktose, Weizen* **Pizza vegetarisch mit Oliven, Paprika,Broccoli und getrockneten Tomaten** *Inhaltsstoffe: Antioxidationsmittel, geschwärzt, Milch und Laktose, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Romasalat, Kopfsalat, Radicchio, Klare Salatsoße	**Gedünstetes Kabeljaufilet** Kürbisrisotto, Zitronensoße *Inhaltsstoffe: Fisch aus nachhaltigem Fang, Fisch, Sellerie* **rein pflanzlich Paprika-Pilzgulasch** Bulgur *Inhaltsstoffe: Knoblauch* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Eichblattsalat, Radicchio, Klare Salatsoße	**Pochierter Wildlachs mit Basilikumsoße** *Inhaltsstoffe: Fisch, Milch und Laktose, Weizen* **Flammkuchen Elsässer Art** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Schweinefleisch, Milch und Laktose, Weizen* **Flammkuchen mit Mozzarella und Rucola** *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Chicoree, Lollo Bianco, Radicchio, Klare Salatsoße	**Hirten-Cordon-Bleu von der Pute (gefüllt mit Blattspinat und Hirtenkäse)** Zitrone, Twister Fries *Inhaltsstoffe: Geflügel, Knoblauch, Ei, Milch und Laktose, Weizen* **rein pflanzlich Rote-Bete-Gnocchi-Pfanne mit Spinat, Tomaten und Walnüssen** *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Weizen, Walnüsse* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Kopfsalat, Endiviensalat, Radicchio, Klare Salatsoße
Mensacafé	**Pfannengyros Hähnchen/Soja** Knoblauchsoße, Krautsalat, Pommes Frites *Inhaltsstoffe: Geflügel, aus zum Teil fein zerkleinertem Fleisch,*	**rein pflanzlich Bunter Gemüseteller** rein pflanzlich Kräuter-Dip, Süsskartoffel Pommes	**Karotten-Ingwersuppe** Lyonerwürfel, Brötchen *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose* **Karotten-Ingwersuppe**	**rein pflanzlich Erdnusspfännchen mit Gemüse und Soja** Basmatireis *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Erdnüsse,*	**Schupfnudeln Mexikanische Art** *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Ei, Weizen*

	Mo (23.11.2026)	Di (24.11.2026)	Mi (25.11.2026)	Do (26.11.2026)	Fr (27.11.2026)
	Soja, Milch und Laktose, Sellerie, Senf		Tofuwürfel, Brötchen *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose*	*Soja, Weizen*	**Schupfnudeln Mexikanische Art** *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Ei, Weizen*

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