STUDIERENDENWERK SAARLAND

Speiseplan für Mensa / Mensacafe Saarbrücken
KW 49: 30.11.2026 - 04.12.2026

	Mo (30.11.2026)	Di (01.12.2026)	Mi (02.12.2026)	Do (03.12.2026)	Fr (04.12.2026)
Menü 1	**Paniertes Schnitzel vom Schwein** Soße „Balkan Art“, Tomatenreis, Bunter Rohkostsalat, Schokoladenpudding *Inhaltsstoffe: Schweinefleisch, Weizen*	**„rein pflanzlich“ Hausgemachte Frikadelle aus Erbsenprotein** Currysoße, Pommes Frites, Gazpachosalat, Himbeer-Vanillejoghurt *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Sellerie, Senf*	**Ungarisches Gulasch von der Pute** Reis, Jagsttalersalat, Aprikosenquark *Inhaltsstoffe: Antioxidationsmittel, Geflügel*	**Hausgemachte Frikadelle** Rahmsoße, Pommes Frites, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Geschmacksverstärker, Schweinefleisch, Ei, Senf, Weizen*	**Penne Rigate** „Bolognese“ Soße, Geriebener Käse, Pusztasalat, Sahnepudding *Inhaltsstoffe: Weizen*
Menü 2	**Bandnudeln mit Tomate, Zucchini und Hartkäse** Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Ei, Milch und Laktose, Weizen*	**Rigatoni** Champignonrahmsoße, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße, Gemüsecremesuppe *Inhaltsstoffe: vegetarisch, biologisches Esses, Weizen*	**Nudelauflauf " Havanna "** Bunt gemischter Blattsalat, Weiße Salatsoße, Klare Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Ei, Milch und Laktose, Weizen*	**Indisches Linsencurry** Reis, Karottensalat, Milchreis mit Zimt und Zucker *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Milch und Laktose, Sellerie, Senf*	**Frühlingsrolle vegetarisch** Soße süß-sauer, Tomatenreis, Bunt gemischter Blattsalat, Klare Salatsoße, Weiße Salatsoße, Obst *Inhaltsstoffe: vegetarisch, Sellerie, Weizen*
Wahlessen	**Putengeschnetzeltes „Thailändische Art“ mit Duftreis** *Inhaltsstoffe: Geflügel, Milch und Laktose, Weizen* **„rein pflanzlich“ Soja-Gyros aus der Pfanne** Vegan:Knoblauch-Kräuter-Dip, Pommes Frites *Inhaltsstoffe: Soja, Sellerie, Senf* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Lollo Rosso, Radicchio, Klare Salatsoße	**„rein pflanzlich“ Vietnamesische Nudel-Bowl mit gebratenem Tofu** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Knoblauch, Soja, Weizen* **Pizza „Mediterran“ mit Oliven und Gemüse** *Inhaltsstoffe: Milch und Laktose, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Romasalat, Kopfsalat, Radicchio, Klare Salatsoße	**mensaVital:Gedünstetes Kabeljaufilet(nachhaltiger Fischfang) auf Blattspinat mit Tomatentagliatelle** *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Fisch aus nachhaltigem Fang, Ei, Fisch, Milch und Laktose, Weizen* **Rumänisches Rindergulasch** Semmelknödel *Inhaltsstoffe: Knoblauch* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Lollo Bianco, Eichblattsalat, Radicchio, Klare Salatsoße	**Panierte Hühner-Filetspitzen** Chili-Kräuterdip, Pommes Wedges *Inhaltsstoffe: Geflügel, Weizen* **Flammkuchen „Saarländische Art“ mit Lyoner und Kartoffelwürfel** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, 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	**„rein pflanzlich“ Fagottini mit Tomaten-Basilikumfüllung** „rein pflanzlich“ Tomaten-Bechamelsoße *Inhaltsstoffe: Knoblauch, vegan, Weizen* **Knuspriger Rösti-Burger (vegetarisch)** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Süßungsmittel, Ei, Milch und Laktose, Senf, Sesamsamen, Weizen* **Rösti-Burger mit Speck** *Inhaltsstoffe: Konservierungsstoff, Antioxidationsmittel, Süßungsmittel, Schweinefleisch, Ei, Milch und Laktose, Senf, Sesamsamen, Weizen* **Salatbuffet** Tomatensalat, Weisskraut, Gurken, Zwiebelringe, Karotten, Gemischter Paprika, Mais, Peperoni, Kopfsalat, Endiviensalat, Radicchio, Klare Salatsoße
Mensacafé	**Chili-Cheese-Fritten mit Rinderhackfleisch** *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Konservierungsstoff, Ei, Milch und Laktose, Senf*	**Tomaten-Chili-Knoblauch-Spaghetti mit gräuchertem Tofu** *Inhaltsstoffe: Knoblauch, Soja, Weizen*	**Veggie Sandwich Chicken Style** Coleslaw Topping, Barbecuesoße *Inhaltsstoffe: Phosphat, Weizen, Gerste*	**Penne Rigate** Grünkernbolognaise, Geriebener Käse *Inhaltsstoffe: Weizen*	**„rein pflanzlich“ Linseneintopf** Wiener Würstchen, Brötchen *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Geschmacksverstärker, Sellerie, Weizen*

	Mo (30.11.2026)	Di (01.12.2026)	Mi (02.12.2026)	Do (03.12.2026)	Fr (04.12.2026)
	Chili-Cheese-Fritten *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Konservierungsstoff, Knoblauch, Ei, Milch und Laktose, Senf*				**„rein pflanzlich“ Linseneintopf** Körnerbrötchen *Inhaltsstoffe: Farbstoff, Geschmacksverstärker, Sellerie, Weizen*

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