



## Speiseplan vom 03.11.2025 bis 09.11.2025

### Mensa Königswall

|          | Montag                                                                                                                       | Dienstag                                                                                                                                                                                                                                                                  | Mittwoch                                                                                                                                                                                                                                                                            | Donnerstag                                                                                                                                                                                                                                                      | Freitag                                                                                                                                                                                             |
|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Menü A   | Hühnerfrikassee <sup>(03,08)</sup> (l)<br>Bio-Reis<br>Möhrensalat mit Apfel <sup>(03)</sup><br>Birne                         | Hähnchen-Frikadelle<br>Hausfrauen Art <sup>(a,g,i,j)</sup><br>braune Soße <sup>(c)</sup><br>Apfelrotkohl <sup>(03)</sup><br>Salz-Kartoffeln<br>Joghurt Erdbeer <sup>(p,q)</sup>                                                                                           | Chicken-Nuggets aus reinen<br>Brustfleischstücken (100g) <sup>(a)</sup><br>Ketchup <sup>(i)</sup><br>hausgemachtes<br>Kartoffelpüree mit Bio-Milch<br><sup>(g,p,q)</sup><br>amerikanischen Cole Slaw<br>Salat <sup>(03)</sup> (j)<br>Pudding Butterkeks <sup>(a,aa,p,q)</sup>       | Westfälische Kartoffelsuppe<br>vegetarisch <sup>(01)</sup> (i)<br>Wiener Würstchen vom<br>Putenparadies <sup>(16)</sup> (g,i,j)<br>Dinkel-Vollkornbrötchen <sup>(a,aa,ae)</sup><br>Apfel-Granatapfel Joghurt <sup>(p,q)</sup>                                   | gebackenes Seelachsfilet <sup>(19)</sup><br><sup>(a,aa,d,g,j,p,q)</sup><br>Quark-Kräutercreme Bio-<br>Leinöl <sup>(g,p,q)</sup><br>Salzkartoffeln<br>Gurkensalat<br>Karamelpudding <sup>(p,q)</sup> |
| Menü B   | Kaiserschmarr'n gezupfter<br>Eierkuchen <sup>(a,aa,c,p,q)</sup><br>Apfelmus <sup>(03)</sup><br>Birne                         | Überbackener Spirelli-<br>Thunfischauflauf Nizza mit<br>Bio-Nudeln und Bio-Tomaten<br><sup>(08)</sup> (a,d,p)<br>bunter Salat<br>Joghurt-Kräuter dressing mit<br>Bio-Milch und Bio-Leinöl <sup>(03)</sup><br><sup>(c,g,j,l,p,q)</sup><br>Joghurt Erdbeer <sup>(p,q)</sup> | Pierogi Ruski, Polnisch-<br>Russische Spezialität<br>(Nudeltaschen mit Kartoffel-<br>Quarkfüllung) <sup>(01,02)</sup> (a,aa,c,p,q)<br>Creme fraiche Soße <sup>(08)</sup> (p,q)<br>amerikanischen Cole Slaw<br>Salat <sup>(03)</sup> (j)<br>Pudding Butterkeks <sup>(a,aa,p,q)</sup> | Gemüsepudding <sup>(a,aa,c)</sup><br>Joghurtdip mit Bio-Leinöl <sup>(p,q)</sup><br>Currybulgur mit<br>Cashewkernen <sup>(a,aa,h,p,q)</sup><br>bunter Salat<br>Vinaigrette fruchtig mit Bio-Öl<br><sup>(j,l)</sup><br>Apfel-Granatapfel Joghurt <sup>(p,q)</sup> | Veggi Makhani, indisches<br>mildes Curry mit Kircherbsen,<br>Gemüse und Cashewkernen <sup>(h)</sup><br>Basmatireis<br>Gurkensalat<br>Karamelpudding <sup>(p,q)</sup>                                |
| Nudelbar | Nudelbar<br>Takeichi Ramen-Station,<br>Japanische veget.<br>Nudelsuppe zum selber<br>zusammenstellen <sup>(a,aa,c,f,k)</sup> | to go Asianudeln mit<br>Huhnfleisch (bei Allergien<br>wendet euch bitte an das<br>Personal)                                                                                                                                                                               | Nudelbar<br>Takeichi Ramen-Station,<br>Japanische veget.<br>Nudelsuppe zum selber<br>zusammenstellen <sup>(a,aa,c,f,k)</sup>                                                                                                                                                        | Hamburger to go, Rindfleisch<br>mit Tomaten, Gurken,<br>Röstzwiebeln und leckerem<br>Dressing <sup>(01,02,09)</sup> (a,aa,c,j)                                                                                                                                  | Nudelbar<br>Takeichi Ramen-Station,<br>Japanische veget.<br>Nudelsuppe zum selber<br>zusammenstellen <sup>(a,aa,c,f,k)</sup>                                                                        |



Öko-Kontrollstelle: DE-ÖKO-039

**Es kann nicht ausgeschlossen werden, dass Spuren von Allergenen in den Speisen enthalten sind**  
Trotz sorgfältiger Produktauswahl, lassen sich in seltenen Fällen, Knochenreste im Fleisch und Gräten im Fisch nicht zu 100% ausschließen.

**Aufgrund von saisonalen Gegebenheiten sind kurzfristige Änderungen im Speiseplan möglich !**

#### **Zusatzstoffe**

01=mit Farbstoff

02=mit Konservierungsstoff

03=mit Antioxidationsmittel

08=mit Phosphat

09=mit Süßungsmittel

16=mit Nitritpökelsalz und / oder Nitrat

19=mit Milcheiweiß

#### **Allergene**

a=Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Roggen, Gerste, Hafer, Dinkel, Khorasan-Weizen oder deren Hybridstämme) und daraus gewonnene Erzeugnisse

aa=Weizen

ae=Dinkel

c=Eier und -erzeugnisse

d=Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse

f=Sojabohnen und daraus gewonnene Erzeugnisse

g=Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (einschließlich Laktose)

h=Schalenfrüchte (Mandel, Pistazie, Haselnuss, Walnuss, Cashewkern, Pekannuss, Paranuss, Macadamianuss, Queenslandnuss) und daraus gewonnene Erzeugnisse

i=Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse

j=Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse

k=Sesamsamen und -erzeugnisse

l=Schwefeldioxid und Sulfite (Konzentration mehr als 10mg/kg oder 10mg/l), ausgedrückt als SO<sub>2</sub>

p=Milch und Milchprodukte

q=Lactose

#### **Die folgenden Produkte werden ausschließlich in Bio-Qualität verwendet:**

Tomatenpulver (gefriergetr.)

Tomatenflocken (gefriergetr.)

Kuhmilch

Vollkornnudeln

Albgold- Bio Fusilli (Spiralen)

Albgold- Rigatoni (Röhrchen)

Albgold-Spaghetti

Albgold-Gabelspaghetti

Langkornreis parboiled

Erbsen trocken

Linsen rot

Bohnen trocken weiß

#### **Von der Ölmühle Solling:**

Bio-Salatöl fruchtig

Bio-Salatöl kernig

Bio-frisch gepresstes Leinöl