



















# MENSA, CAMPUS ESSEN

## 28.10.–01.11.2019



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>1</b>	<p>Spaghetti  mit Wurzelgemüse in Rahmsauce (awe,g,i)</p>  <p>1,40 €   2,80 €   3,50 €</p>	<p>Hausgemachter Auflauf mit Nudeln  und Gemüse, dazu Tomatensauce (awe,c,g,i)</p>  <p>1,40 €   2,80 €   3,50 €</p>	<p>Mie Nudelpfanne mit Chinakohl in Kokosrahm (awe,f,i)</p>  <p>1,20 €   2,40 €   3,00 €</p>	<p>zwei Süßkartoffeltaschen gefüllt mit Frischkäse auf Ratatouille-Gemüse (awe,g,i)</p>  <p>1,20 €   2,40 €   3,00 €</p>	
<b>2</b>	<p>Chicken Nuggets mit Chilibayonnaise (awe,c,f,g,j)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Cevapcici mit Tzatziki (awe,c,g,j)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Käsespätzle "Allgäuer Art" (adi,awe,c,g,i)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Cheeseburger mit Eisbergsalat, Tomate und Gurke (awe,c,f,g,i,j,k,2,9,10)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	
<b>3</b>	<p>Couscous-Pfanne mit Nüssen und Hummus (awe,hca,hwa,i,k,l,3,5)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Gemüsebagel auf Kürbisgemüse in Sojarahm (adi,awe,f,i)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Chili sin Carne (ohne Fleisch) mit Nachos (age,f,i,j,3)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	<p>Kichererbsen-Tomaten Eintopf mit roten Linsen (i)</p>  <p>1,80 €   3,60 €   4,50 €</p>	
<b>Wok-/Grill</b>	<p>Kroatische Woche Hausgemachte Cevapcici mit Zwiebeln, Ajvar, Pommes frites und Salat (awe,c,f,g,j)</p>  <p>4,00 €   5,50 €   6,00 €</p>	<p>Hausgemachte Paprikaschote mit Tomatensauce und Kartoffelpüree (awe,c,g,i,j)</p>  <p>3,80 €   5,30 €   5,80 €</p>	<p>Putenbrustbraten in Senfkruste mit Petersiliensahnesauce, Schwenkartoffeln und gemischter Blattsalat (awe,g,i,j)</p>  <p>4,00 €   5,50 €   6,00 €</p>	<p>Paprika "Sataras" Gemüseragout mit Salzkartoffeln (i)</p>  <p>3,00 €   4,50 €   5,00 €</p>	

# MENSA, CAMPUS ESSEN

## 28.10.–01.11.2019



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	
<b>Eintopf</b>	<b>Bohneneintopf "Serbische Art" mit Bockwurst (i,2,3,8)</b>  1,80 €   3,60 €   4,50 €	<b>Erbseintopf mit Bockwurst (i,j,2,3,8)</b>  1,80 €   3,60 €   4,50 €	<b>Lauchrahmeintopf (awe,f,i)</b>  1,80 €   3,60 €   4,50 €	<b>Möhreneintopf mit Mettwurst (i,2,3,8)</b>  1,80 €   3,60 €   4,50 €		
<b>Beilagen</b>	<b>Curryrahmsuppe (awe,f,i,2)</b>  <b>Kartoffeln</b>  <b>Kartoffel Wedges</b>  <b>Blumenkohl (i)</b>  <b>Delikatessbohnen (i)</b>  <b>Salat mit Dressing (c,f,g,j)</b>  <b>Joghurt mit Kirschen (g)</b> 	<b>Blumenkohlsuppe (awe,f,i)</b>  <b>Kartoffelwaffeln</b>  <b>Reis</b>   <b>Broccoli (i)</b>  <b>Rosenkohl (i)</b>  <b>Salat mit Dressing (c,f,g,j)</b>  <b>Vanillepudding (g)</b> 	<b>Karotten-Ingwersuppe (awe,f,i)</b>  <b>Pommes frites</b>  <b>Reis</b>   <b>Erbsen (i)</b>  <b>Kaisergemüse (i)</b>  <b>Salat mit Dressing (c,f,g,j)</b>  <b>Panna cotta (g)</b> 	<b>Paprika-Chilicremesuppe (awe,f,i)</b>  <b>Pommes frites</b>  <b>Vollkornnudeln</b>  (awe)  <b>Bunte Karotten (i)</b>  <b>Ratatouille (awe,i)</b>  <b>Salat mit Dressing (c,f,g,j)</b>  <b>Latte Macchiato-Pudding (g)</b> 		
<b>Study &amp; Fit</b>	<b>Chicken Nuggets mit Chiliblimentmayonnaise, dazu frischer Eisbergsalat mit Joghurtdressing und Kirschjoghurt (awe,c,f,g,j,sf)</b> 	<b>Gemüsebagel auf Kürbisgemüse in Sojarahm, dazu Reis</b>  , frischer Eisbergsalat mit Joghurtdressing und ein Apfel (adi,awe,c,f,g,i,j,7,sf) 	<b>Chili sin Carne (ohne Fleisch) mit Nachos, Reis</b>  , dazu frischer Eisbergsalat mit Joghurtdressing und eine Birne (age,c,f,g,i,j,3,sf) 	<b>Kichererbsen-Tomaten-eintopf mit roten Linsen, Vollkornnudeln</b>  , dazu frischer Eisbergsalat mit Joghurtdressing und ein Apfel (awe,c,f,g,i,j,sf) 		