MENSA, CAMPUS DUISBURG
05.05.–09.05.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
1	**Spätzle mit buntem Balsamico-Linsengemüse (c,i,l,1)** NUTRI-SCORE A CO2 1,74 € | 3,39 €	**Kartoffelgnocchi mit frischem Gemüse und Kräuter-Sahnesoße (awe,c,g,i,1)** NUTRI-SCORE B 1,96 € | 3,82 €	**Kartoffel-Gemüseauflauf mit Kräuterrahmsoße (awe,c,g,i,1)** NUTRI-SCORE C 2,40 € | 4,68 €	**Zwei Spinatknödel mit Kräuter-Zwiebelsoße (awe,c,g,i,1)** NUTRI-SCORE B 1,92 € | 3,74 €	**Schupfnudeln mit karamellisierten Äpfeln, Ahornsirup und Vanillesoße (awe,c,g, 1,3)** NUTRI-SCORE C 2,24 € | 4,37 €
2	**Hähnchenbrustfilet "Texas" mit BBQ Soße (i)** NUTRI-SCORE A CO2 2,98 € | 5,81 €	**Mariniertes Tilapiafilet Cajun Style auf Asiagemüse (awe,d,3)** NUTRI-SCORE A 3,44 € | 6,71 €	**Gebackener Hackbraten mit dunkler Senfsoße (age,awe,c,f,i,j)** NUTRI-SCORE A 2,50 € | 4,88 €	**Spaghetti** BIO **"Bolognese" (age,awe,f,i)** NUTRI-SCORE A 2,26 € | 4,41 €	**Zwei Kutterfrikadellen mit Remouladensoße (awe,c,d,g,j,1,9)** NUTRI-SCORE D 1,86 € | 3,63 €
Vegan	**Orientalische Couscouspfanne mit Gemüse, Mango, Rosinen, Nüssen und Soja-Joghurtdip (awe,hwa)** NUTRI-SCORE B CO2 2,68 € | 5,23 €	**Alu Chana mit Naanbrot N (awe)** NUTRI-SCORE A 2,74 € | 5,34 €	**Falcos Peanuts Asia--Nudeln mit Tofu, Chili, Ingwer, gehackten Erdnüssen, Sesam und Lauch (awe,e,f,k)** NUTRI-SCORE A 2,28 € | 4,45 €	**Rote Bete Gnocchis mit Gemüse, Champignons und gehackten Walnüssen (hwa,1,3)** NUTRI-SCORE A 1,90 € | 3,71 €	**Bunte Tortellini-Gemüsepfanne mit Tomatensoße (awe,i,1)** NUTRI-SCORE B 2,28 € | 4,45 €
Eintopf	**"planted.Chicken" Eintopf mit Curry und Gemüse (i,j, 1)** NUTRI-SCORE A CO2 2,86 € | 5,58 €	**Wirsingeintopf (i,1)** NUTRI-SCORE A 1,88 € | 3,67 €	**Mediterraner Tomaten-Zucchini-Eintopf (awe,i,1)** NUTRI-SCORE A 1,56 € | 3,04 €	**Gartengemüse-Eintopf mit Nudeln** BIO **(awe,i)** NUTRI-SCORE A 1,72 € | 3,35 €	**Fasolada (i)** NUTRI-SCORE A 1,76 € | 3,43 €

Informationen über Zusatzstoffe, Allergene, Öffnungszeiten und Piktogramme findest du auf unseren Aushängen oder unter diesem Link: **www.stw-edu.de/gastronomie**

BIO

Reis und Nudeln, aus kontrolliert biologischem Anbau, ausgenommen Schupf-, Mie- und farbige Nudeln, kontrolliert durch DE-ÖKO-039 Zertifizierungsstelle Gesellschaft für Ressourcenschutz mbH, Göttingen

MENSA, CAMPUS DUISBURG
05.05.–09.05.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Wok-/Grill	Spargel Aktion Spargel-Gnocchi mit Zitronenbutter und Parmesan (c,g,2,7)	Spargel Aktion Frischer weißer Stangenspargel mit Putenschnitzelchen, dazu Sc.Hollandaise oder zerlassene Butter und neue Kartoffeln (awe,c,g,i,1)	Spargel Aktion Spargel-Curry mit Kokosmilch, Limette, Garnelen und Basmatireis (b,g,i)	Spargel Aktion Frischer Spargel-Wassermelonensalat mit gebratenem Halloumikäse (g)	Spargel Aktion Frischer, weißer Stangenspargel mit Schinken, Sc.Hollandaise oder zerlassene Butter und neue Kartoffeln (c,g,i,1,2,3,8)
Suppe	Gemüsecremesuppe (awe,f,i,1) 0,42 € | 0,82 €	Blumenkohlrahmsuppe (awe,f,i,1) 0,53 € | 1,03 €	Champignonsuppe (awe,f,i,l,1,3) 0,46 € | 0,90 €	Brokkolisuppe (awe,f,i,1) 0,52 € | 1,01 €	Rote Linsen-Kartoffelsuppe (i) 0,56 € | 1,10 €
Beilage 1	Pommes frites 0,60 € | 1,17 €	Reis 0,48 € | 0,94 €	Reis 0,48 € | 0,94 €	Pommes frites 0,60 € | 1,17 €	Couscous (awe,i) 0,46 € | 0,90 €
Beilage 2	Penne Rigate mit Gemüse (i) 0,52 € | 1,01 €	Spätzle (awe,c) 0,58 € | 1,13 €	Kartoffeln (1) 0,44 € | 0,86 €	Nudeln (awe) 0,40 € | 0,78 €	Kartoffeln (1) 0,44 € | 0,86 €
Gemüse 1	Cordial Mischgemüse (i,1) 0,80 € | 1,56 €	Mischgemüse (i,1) 0,66 € | 1,29 €	Leipziger Allerlei (i,1) 0,54 € | 1,05 €	Delikatessbohnen (i,1) 0,43 € | 0,84 €	Kaisergemüse (i,1) 0,50 € | 0,98 €

Informationen über Zusatzstoffe, Allergene, Öffnungszeiten und Piktogramme findest du auf unseren Aushängen oder unter diesem Link: **www.stw-edu.de/gastronomie**

Reis und Nudeln, aus kontrolliert biologischem Anbau, ausgenommen Schupf-, Mie- und farbige Nudeln, kontrolliert durch DE-ÖKO-039 Zertifizierungsstelle Gesellschaft für Ressourcenschutz mbH, Göttingen

MENSA, CAMPUS DUISBURG
05.05.–09.05.2025

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Gemüse 2	**Pariser Karotten (i,1)** NUTRI-SCORE A CO2 0,54 € | 1,05 €	**Blattspinat in Sojarahm (awe,f,i,1)** NUTRI-SCORE A 0,62 € | 1,21 €	**Blumenkohl-Brokkoli-Mix (i,1)** NUTRI-SCORE A 0,54 € | 1,05 €	**Balkangemüse (i,1)** NUTRI-SCORE A 0,46 € | 0,90 €	
Salat	**Kleine Salatschale (c,g,j,1)** NUTRI-SCORE C CO2 0,64 € | 1,25 €	**Kleine Salatschale (c,g,j,1)** NUTRI-SCORE C 0,64 € | 1,25 €	**Kleine Salatschale (c,g,j,1)** NUTRI-SCORE C 0,64 € | 1,25 €	**Kleine Salatschale (c,g,j,1)** NUTRI-SCORE C 0,64 € | 1,25 €	**Kleine Salatschale (c,g,j,1)** NUTRI-SCORE C 0,64 € | 1,25 €
Dessert 1	**Joghurt mit Kirschen (g)** NUTRI-SCORE C CO2 0,60 € | 1,17 €	**Buttermilchdessert mit Erdbeeren (g)** NUTRI-SCORE A 0,62 € | 1,21 €	**Grießpudding mit Himbeeren (awe,g)** NUTRI-SCORE C 0,78 € | 1,52 €	**Quark mit Johannisbeeren (g)** NUTRI-SCORE A 0,44 € | 0,86 €	**Joghurt mit Ananas (g)** NUTRI-SCORE A 0,52 € | 1,01 €
Aktion		**Spargel Aktion Frischer weißer Stangenspargel mit einem Schnitzel vom Feld, Kräuterrahmsoße und neue Kartoffeln (awe,f,i,j,1)** NUTRI-SCORE A	**Spargel Aktion Spargel-Curry mit Kokosmilch, Limette, planted.Chicken und Basmatireis** BIO **(i,1)** NUTRI-SCORE A		**Spargel Aktion Frischer, weißer Stangenspargel mit marinierter, veganer Feta-Alternative und Schwenkkartoffel (1,3)** NUTRI-SCORE C

Informationen über Zusatzstoffe, Allergene, Öffnungszeiten und Piktogramme findest du auf unseren Aushängen oder unter diesem Link: **www.stw-edu.de/gastronomie**

BIO

Reis und Nudeln, aus kontrolliert biologischem Anbau, ausgenommen Schupf-, Mie- und farbige Nudeln, kontrolliert durch DE-ÖKO-039 Zertifizierungsstelle Gesellschaft für Ressourcenschutz mbH, Göttingen