







































































































# MENSA, CAMPUS DUISBURG

## 20.01.–24.01.2025



































	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>1</b>	<p><b>Maccaroni  Blumenkohl Auflauf mit Cheddarkäse (awe,c,g,i,1,2)</b></p> <p>    </p> <p>2,02 €   3,94 €</p>	<p><b>Gefüllte Gnocchis mit Paprikasoße (age,awe,f,g,i)</b></p> <p>    </p> <p>1,92 €   3,74 €</p>	<p><b>Allgäuer Käsespätzle mit Lauch und Röstzwiebeln (adi,awe,c,g)</b></p> <p>    </p> <p>2,43 €   4,74 €</p>	<p><b>Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung und Grünkohlsoße (awe,g,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,04 €   3,98 €</p>	<p><b>"Kommse vonne Schicht, watt Schöneres gibbet nich" als unsere: Currywurst (g,i,3,8)</b></p> <p>    </p> <p>1,80 €   3,51 €</p>
<b>2</b>	<p><b>Paniertes Hähnchenschnitzel mit Rahmsoße (age,awe,f,g,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,19 €   4,28 €</p>	<p><b>Gebrautes Buntbarschfilet mit Lauchrahmsoße (awe,d,g,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,20 €   4,28 €</p>	<p><b>Saftiger Nackenbraten mit Malzbiersoße (age,awe,f,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,58 €   5,03 €</p>	<p><b>Putenstreifen in einer fruchtigen Currysoße (awe,f,g,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,54 €   4,96 €</p>	<p><b>Zwei Backfischfilets mit Remouladensoße (awe,c,d,g,j,1,9)</b></p> <p>    </p> <p>2,43 €   4,73 €</p>
<b>Vegan</b>	<p><b>Makkaroni mit Seitan-Ragout dazu Winter-salat mit Rotkohl in Balsamico Dressing (awe,i,l,1,3)</b></p> <p>    </p> <p>2,34 €   4,56 €</p>	<p><b>Asiatischer Reis  -Topf mit Wokgemüse und Sojabohnenkeimlingen (awe,f,i,1)</b></p> <p>    </p> <p>1,92 €   3,75 €</p>	<p><b>Indisches Linsen Dal mit roten Chilis und Koriander (i)</b></p> <p>    </p> <p>1,92 €   3,75 €</p>	<p><b>Quinoa-Gemüse-Curry mit Chili, Kichererbsen, Tomaten, Spinat, Blumenkohl, Cashewnüssen und Sultaninen (hca,i)</b></p> <p>    </p> <p>2,62 €   5,11 €</p>	<p><b>Gulasch von der rheinischen Knolle mit Haferschmand (age,aha,awe,f,i)</b></p> <p>    </p> <p>1,49 €   2,91 €</p>
<b>Eintopf</b>	<p><b>Eintopf von grünen Bohnen (i)</b></p> <p>    </p> <p>1,72 €   3,35 €</p>	<p><b>Deftiger Grünkohl-Kartoffeltopf (i,j)</b></p> <p>    </p> <p>1,70 €   3,57 €</p>	<p><b>Lauchrahmtopf mit Kartoffelwürfeln und Suppengemüse (awe,f,i)</b></p> <p>    </p> <p>1,62 €   3,16 €</p>	<p><b>Erbseintopf (i)</b></p> <p>    </p> <p>1,73 €   3,37 €</p>	<p><b>Brasilianischer Gemüse-eintopf mit roten Bohnen und Mais (i)</b></p> <p>    </p> <p>1,69 €   3,30 €</p>

# MENSA, CAMPUS DUISBURG

## 20.01.–24.01.2025













	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Wok-/Grill</b>	<b>Tomatenrisotto mit Green Mountain Balls, veganer Feta-Alternative und Rucola (awe,i)</b>  4,31 €   6,18 €	<b>Gyros aus Pilzen mit Zaziki und Pommes frites (f)</b>  4,28 €   6,15 €	<b>Sandwich mit Algen-Köfte, Zitronen-Minz-Dip und Kartoffelspalten (age, aha,awe,f,k,1)</b>  4,84 €   6,71 €	<b>Rinderschmorbraten mit kräftiger Rotweinjus, Apfelrotkohl und frischen Klößen (A,age,awe,f,i,l,3,5)</b>  5,57 €   7,44 €	<b>Paprika Rahm-geschnitztes Vegan (awe,f,i,j)</b>  4,22 €   6,09 €
<b>Suppe</b>	<b>Karotten-Ingwersuppe (awe,f,i)</b>  0,39 €   0,76 €	<b>Blumenkohlrahmsuppe (awe,f,i)</b>  0,54 €   1,05 €	<b>Curry-Rahmsuppe (awe,f,i)</b>  0,52 €   1,01 €	<b>Paprikarahmsuppe (awe,f,i)</b>  0,62 €   1,21 €	<b>Kräutersuppe (awe,f,i)</b>  0,42 €   0,82 €
<b>Beilage 1</b>	<b>Kartoffeln</b>  0,44 €   0,86 €	<b>Rosmarinkartoffeln</b>  0,62 €   1,21 €	<b>Kartoffeln</b>  0,44 €   0,86 €	<b>Nudeln  mit Gemüse (awe,i)</b>  0,54 €   1,05 €	<b>Kartoffeln</b>  0,44 €   0,86 €
<b>Beilage 2</b>	<b>Kroketten (awe)</b>  0,61 €   1,19 €	<b>Pommes frites</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Reis  (awe,f,i)</b>  0,46 €   0,90 €	<b>Reis  (awe,f,i)</b>  0,46 €   0,90 €	<b>Pommes frites</b>  0,60 €   1,17 €
<b>Gemüse 1</b>	<b>Rahmkohlrabi (awe,f,i)</b>  0,44 €   0,86 €	<b>Rosenkohl in Sojarahm (awe,f,i)</b>  0,48 €   0,94 €	<b>Wirsing in Sojarahm (awe,f,i)</b>  0,44 €   0,86 €	<b>Mischgemüse (i)</b>  0,50 €   0,98 €	<b>Erbsen und Fingerkarotten (i)</b>  0,50 €   0,98 €
<b>Gemüse 2</b>	<b>Blumenkohl (i)</b>  0,44 €   0,86 €	<b>Brokkoli (i)</b>  0,76 €   1,48 €	<b>Kaisergemüse (i)</b>  0,48 €   0,94 €	<b>Romanesco (i)</b>  0,76 €   1,48 €	



# MENSA, CAMPUS DUISBURG

## 20.01.–24.01.2025



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Salat</b>	<b>Kleine Salatschale (c,g,j,1)</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Kleine Salatschale (c,g,j,1)</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Kleine Salatschale (c,g,j,1)</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Kleine Salatschale (c,g,j,1)</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Kleine Salatschale (c,g,j,1)</b>  0,60 €   1,17 €
<b>Dessert 1</b>	<b>Vanillepudding (g,1)</b>  0,60 €   1,17 €	<b>Joghurt mit Kirschen (g)</b>  0,56 €   1,09 €	<b>Milchreis mit Zimt und Zucker (g)</b>  0,74 €   1,48 €	<b>Pfirsichquark (g)</b>  0,62 €   1,21 €	<b>Erdbeercremejoghurt (g)</b>  0,48 €   0,94 €