

Speisekarte Lichtwiese

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Montag, 10.08.2026	Mensa		Süßkartoffel-Chili-Broccoli Curry mit Koriander	2,30
Montag, 10.08.2026	Mensa (A1,H4)		mensaVital Hausgemachte Pasta mit Limette, Erbsen, Pilzen und Cashewkernen	2,60
Montag, 10.08.2026	Mensa (G,K)		Kürbiscurry mit Basmatireis	2,00
Montag, 10.08.2026	Mensa (A1,G)		Hausgemachte Pasta mit Spinatinsauce	2,00
Montag, 10.08.2026	Mensa (A1,2,3)		Hacksteak in scharfer Tomatensauce dazu Couscous	5,90
Montag, 10.08.2026	Mensa		Pommes Frites	1,20
Montag, 10.08.2026	Mensa		Reis	1,20
Montag, 10.08.2026	Mensa (A,A1)		Hausgemachte Nudeln	1,20
Montag, 10.08.2026	Mensa		Salzkartoffeln	1,20
Montag, 10.08.2026	Mensa		Fingermöhren	1,10
Montag, 10.08.2026	Mensa		Erbsen	1,10
Montag, 10.08.2026	Mensa		Besuchen Sie unsere Salatausgabe (pro 100g)	1,00

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Montag, 10.08.2026	Mensa (F,3)		Solero-Orange Dessert im Glas	1,30
Montag, 10.08.2026	Mensa		Wassermelone	1,00
Montag, 10.08.2026	Mensa (G)		Pudding Latte Macchiato im Glas	1,30
Montag, 10.08.2026	Mensa (G)		Mandarinenquark	0,90
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,A3)		Ratatouille dazu Baguette	3,30
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,H4)		mensaVital Hausgemachte Pasta mit Limette, Erbsen, Pilzen und Cashewkernen	2,60
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A,A1,C,G)		Hausgemachte Lasagne 'Florentin' mit Blattspinat und Tomaten	3,70
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,G)		Hausgemachte Pasta mit Spinatinsauce	2,00
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (G,K)		Kürbiscurry mit Basmatireis	2,00
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,C,G,L,1,3,5)		Paniertes Schnitzel mit Pfefferrahmsauce	5,10
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Pommes Frites	1,20
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Reis	1,20
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A,A1)		Hausgemachte Nudeln	1,20
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Salzkartoffeln	1,20
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Bohnen natur	1,10
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,G)		Blumenkohl mit Semmelbrösel	1,10

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Besuchen Sie unsere Salatausgabe (pro 100g)	1,00
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (F,3)		Solero-Orange Dessert im Glas	1,30
Dienstag, 11.08.2026	Mensa		Wassermelone	1,00
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (G)		Mandarinenquark	0,90
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (G)		Pudding Latte Macchiato im Glas	1,30
Dienstag, 11.08.2026	Mensa (A1,C)		Paniertes Schnitzel mit einer Zitrone	4,40
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A,F,J,K)		mensaVital Soja-Kokos-Curry mit roter Beete, Champignons und Bohnen dazu Vollkornreis	2,60
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,H4)		mensaVital Hausgemachte Pasta mit Limette, Erbsen, Pilzen und Cashewkernen	2,60
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A2,G,L,5)		Dinkel-Basilikum Risotto mit Ricotta und Zuccchini	2,40
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,G)		Hausgemachte Pasta mit Spinatinsauce	2,00
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A,C,D,J,2,9)		Fisch und Chips mit einem süß- sauren Dip und Pommes frites	6,10
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,C,G,2,3)		Cordon bleu vom Schwein mit einer Zitrone	3,50
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,C)		Paniertes Schnitzel mit einer Zitrone	4,40
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,2,3)		Hacksteak in scharfer Tomatensauce dazu Couscous	5,90
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa		Pommes Frites	1,20
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A,A1)		Hausgemachte Nudeln	1,20

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa		Reis	1,20
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa		Salzkartoffeln	1,20
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa		Karotten Vichy	1,10
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (A1,G)		Brokkoli mit Semmelbrösel	1,10
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa		Besuchen Sie unsere Salatausgabe (pro 100g)	1,00
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (F,3)		Solero-Orange Dessert im Glas	1,30
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (G)		Mandarinenquark	0,90
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (G)		Pudding Latte Macchiato im Glas	1,30
Mittwoch, 12.08.2026	Mensa (G,1)		Wackelpudding Waldmeister mit Vanillesauce	1,00
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (I)		Gigantes Plaki Bohnen mit Reis	2,10
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A1,H4)		mensaVital Hausgemachte Pasta mit Limette, Erbsen, Pilzen und Cashewkernen	2,60
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A1,G)		Hausgemachte Pasta mit Spinatinsauce	2,00
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A)		Hähnchenbrustfilet im Knuspermantel mit Zitrone	3,30
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A1,C,G,L,3,5)		Bobitie dazu gelber Rosinenreis	5,50
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A1)		Rindersaftgulasch 'Ungarische Art' mit Nudeln	7,70
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa		Pommes Frites	1,20

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A,A1)		Hausgemachte Nudeln	1,20
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa		Reis	1,20
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa		Salzkartoffeln	1,20
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa		Rosenkohl	1,10
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa		Besuchen Sie unsere Salatausgabe (pro 100g)	1,00
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (F,3)		Solero-Orange Dessert im Glas	1,30
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (A1,G)		Grießbrei	1,20
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (G)		Pudding Latte Macchiato im Glas	1,30
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (G)		Sauerkirschquark	0,90
Donnerstag, 13.08.2026	Mensa (G,1)		Wackelpudding Waldmeister mit Vanillesauce	1,00
Freitag, 14.08.2026	Mensa (I)		Gefüllte Paprika mit Reis	3,90
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A1,H4)		mensaVital Hausgemachte Pasta mit Limette, Erbsen, Pilzen und Cashewkernen	2,60
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A1,G)		Hausgemachte Pasta mit Spinatinsauce	2,00
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A1,G,N,1,6,8)		Bowl Greek Style mit Hirtenkäse, frittierten Tintenfischringen und Tsatsiki	5,60
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A,A1,G,1)		Hähnchenbrustfilet im Knuspermantel mit Pfefferrahmsauce	3,80
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A1,C,G,2,3)		Cordon bleu vom Schwein mit einer Zitrone	3,50

Datum	Ort	Typ	Beschreibung	Preis
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Pommes Frites	1,20
Freitag, 14.08.2026	Mensa (A,A1)		Hausgemachte Nudeln	1,20
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Reis	1,20
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Salzkartoffeln	1,20
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Gebackene Kartoffeln	1,20
Freitag, 14.08.2026	Mensa (I)		Mischgemüse	1,10
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Ratatouille Gemüse	1,10
Freitag, 14.08.2026	Mensa		Besuchen Sie unsere Salatausgabe (pro 100g)	1,00
Freitag, 14.08.2026	Mensa (G)		Sauerkirschquark	0,90
Freitag, 14.08.2026	Mensa (G)		Pudding Latte Macchiato im Glas	1,30

 Vegan / Schwein	 Vegan	 Vegetarisch	 Geflügel	 Schwein
 Rind	 Kalb	 Lamm / Schaf	 Wild	 Fisch
 Schwein / Geflügel	 Schwein / Fisch	 Rind / Schwein	 Geflügel / Fisch	

Allergene und Zusatzstoffe *Allergens and Additives*

Allergene *Allergens*

A Glutenhaltiges Getreide *Gluten containing grains*

A1 Weizen *Wheat* • **A2** Dinkel *Spelt* • **A3** Roggen *Rye* • **A4** Gerste *Barley* • **A5** Hafer *Oats*

B Krebstiere und Krebstiererzeugnisse *Crustaceans and crustacean products*

C Eier und Eierzeugnisse *Eggs and egg products*

D Fisch und Fischerzeugnisse *Fish and fish products*

E Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse *Peanuts and peanut products*

F Soja und Sojaerzeugnisse *Soybeans*

G Milch und Milcherzeugnisse *Milk and milk products*

H Schalenfrüchte Nuts

H1 Mandeln *Almonds* • **H2** Haselnüsse *Hazelnuts* • **H3** Walnüsse *Walnuts* • **H4** Cashewnüsse *Cashew nuts* •

H5 Pekannüsse *Pecan nuts* • **H6** Paranüsse *Brazil nuts* • **H7** Pistazien *Pistachio nuts* •

H8 Macadamianüsse *Macadamia nuts*

I Sellerie und Sellerieerzeugnisse *Celery and celery products*

J Senf und Senferzeugnisse *Mustard and mustard products*

K Sesamsamen und Sesamsamenerzeugnisse *Sesame and sesame products*

L Schwefeldioxid und Sulfite *Sulfur dioxides and sulfides*

M Lupinen und Lupinenerzeugnisse *Lupines*

N Weichtiere (Mollusken) *Molluscs*

Zusatzstoffe *Additives*

1 Lebensmittelfarbe *Food colouring*

2 Konservierungsstoffe *Preservatives*

3 Antioxidationsmittel *Antioxidants*

4 Geschmacksverstärker *Flavour enhancer*

5 Geschwefelt *Sulfides*

6 Geschwärzt *Blackened*

7 Gewachst *Waxed*

8 Phosphat *Phosphates*

9 Süßungsmittel *Sweeteners*

10 Phenylalaninquelle *Phenylalanine*

Kreuzkontaminationen können bei der Herstellung der Speisen nicht vollständig ausgeschlossen werden. Mögliche Spuren werden nicht gekennzeichnet.

Cross contamination can not be excluded during food production. Traces of allergens are not marked.



Vegan
Vegan



Vegetarisch
Vegetarian



Geflügel
Poultry



Fisch
Fish



Rind
Beef



Rind / Schwein
Beef / Pork



Schwein
Pork



Schwein / Geflügel
Pork / Poultry



Lamm / Schaf
Lamb / Sheep



Wild
Deer



KlimaTeller
ClimatePlate



100 % Bio
100 % organic