



# AALEN, HS, MENSA

21.11.–25.11.2022	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>TOPF UND PFANNE</b>	<p> Spaghetti aglio olio e peperoncino (2,14,24,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 476 g 3,40 €   4,90 €   6,50 €</p>	<p> Nasi Goreng mit Karotten, Erbsen und Bambus (23,27,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 495 g 3,30 €   4,80 €   6,30 €</p>	<p> Griechisches Ofengemüse mit Kartoffeln, Paprika, Zucchini und Auberginen</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 300 g 3,40 €   4,90 €   6,50 €</p>	<p> Erbseneintopf mit Kartoffeln und Gemüse (26) 1 Semmel (34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 213 g 3,30 €   4,80 €   6,30 €</p>	<p> Landhauspfanne mit Spiralen, Gemüse und Rahmsoße (23,26,34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 374 g 3,40 €   4,90 €   6,50 €</p>
<b>PRIMA KLIMA</b>	<p> Rote Bete Gnocchi mit gegrilltem Wurzelgemüse (23,26,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 291 g 3,95 €   5,70 €   7,55 €</p>	<p> Gemüse-Kichererbsen-Pflanzerl (23,26) Barbecue-Dip, Wilde Kartoffeln (1,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 376 g 4,35 €   6,30 €   8,30 €</p>	<p> Geröstete Gemüseaultaschen mit Ei (14,24,34W) Zwiebelsoße (26,34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 468 g 4,00 €   5,80 €   7,60 €</p>	<p> Kartoffel-Schupfnudelpfanne Mediterran mit Bohnen, Paprika und Mais (34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 331 g 4,05 €   5,85 €   7,70 €</p>	<p> Linsen-Gemüsebolognese (26) Vollkornspaghetti</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 395 g 3,95 €   5,70 €   7,55 €</p>
<b>FLEISCH UND FISCH</b>	<p> Hähnchen-Gyros Zwiebelscheiben, Zaziki (24), Reis</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.075 g 4,10 €   5,95 €   7,80 €</p>	<p> Putengeschnetzeltes Stroganoff (2,3,9,24,27) Spiralnudeln (34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 941 g 4,45 €   6,45 €   8,50 €</p>	<p>   Ofenfrischer Fleischkäse (2,3,8,26) Bratensoße (26,34W,34G), Kartoffelsalat (1,2,4,27), 1 Semmel (34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 810 g 4,40 €   6,35 €   8,40 €</p>	<p> Alaska Seelachs im Backteig (24,35,34W) Remouladensoße, (2,9,14,24,30,35), Petersilienkartoffeln</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 687 g 4,40 €   6,35 €   8,40 €</p>	<p> Hähnchenschnitzel im Cornflakes-Mantel (34W,34G) Geflügelsoße, Bratkartoffeln</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 896 g 4,40 €   6,35 €   8,40 €</p>
<b>SATTMACHER</b>	<p> Kräuter-Kartoffelpüree (3,8,24,34W) Rahmsoße (24,26,34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 409 g 1,80 €   2,60 €   3,45 €</p>	<p> Grießbrei (3,24,34W) Apfelmus (3)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.019 g 1,80 €   2,60 €   3,45 €</p>	<p> Makkaroni (14,34W) mit Tomatensugo</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 314 g 2,00 €   2,90 €   3,80 €</p>	<p> Risi Bisi mit Frischkäse-Kräutersoße (2,24)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 503 g 2,00 €   2,90 €   3,80 €</p>	<p> Spätzle (14,34W) mit Bratensoße (26,34W,34G)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 156 g 2,00 €   2,90 €   3,80 €</p>
<b>EXTRA</b>				<p>   1 Wienerle (2,3,8)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 228 g 1,00 €   1,45 €   1,90 €</p>	
<b>PIZZA</b>	<p>  Pizza Diavolo (1,2,3,4,6,8,24,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.532 g 4,95 €   5,95 €   6,95 €</p>	<p> Pizza Vegetaria (24,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.135 g 4,40 €   5,40 €   6,40 €</p>	<p> Pizza Quattro Stagione (2,3,8,24,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.411 g 4,95 €   5,95 €   6,95 €</p>	<p> Pizza Flammkuchen-Style (2,3,24,34W)</p> <p><b>CO<sub>2</sub></b> pro Portion 1.126 g 4,95 €   5,95 €   6,95 €</p>	

**Wir wünschen guten Appetit.**

## CO<sub>2</sub> Werte auf dem Speiseplan und Umwelt-Score

Im Speiseplan machen wir in Zusammenarbeit mit der Firma Eaternity Angaben zum Umweltfußabdruck der angebotenen Gerichte. Mit dem Ampelfarbsystem und den CO<sub>2</sub>-Angaben in Gramm wird den Gästen eine informierte Entscheidung ermöglicht.

## CO<sub>2</sub> Values on the Menu and Environment Score

In the menu, in cooperation with the company Eaternity, we provide information on the environmental footprint of the dishes offered. With the traffic light color system and the CO<sub>2</sub> information in grams, guests are able to make an informed decision.

mind. 50 % besser als der Durchschnitt  
besser als der Durchschnitt  
unter dem Durchschnitt

**CO<sub>2</sub>** at least 50 % better than average  
**CO<sub>2</sub>** better than average  
**CO<sub>2</sub>** below average

Infos über klima-  
freundliche Ernährung:  
[studierendenwerk-ulm.de/co2](http://studierendenwerk-ulm.de/co2)



Info about  
climate-friendly nutrition:  
[studierendenwerk-ulm.de/co2](http://studierendenwerk-ulm.de/co2)



Schwein  
pork



Rind  
beef



Lamm  
lamb



Wild  
venison



Geflügel  
poultry



Fisch  
fish



fleischlos  
vegetarian



Vegan  
no animal  
products



Bioprodukte  
organic  
DE-ÖKO-Nr. 006

**Zusatzstoffe und Allergene**  
additives and allergenes  
[studierendenwerk-ulm.de/  
allergene](http://studierendenwerk-ulm.de/allergene)



**Öffnungszeiten**  
Opening hours  
[studierendenwerk-ulm.de/  
mensen-und-cafeterien](http://studierendenwerk-ulm.de/mensen-und-cafeterien)



**Bestellen**  
Order  
[studierendenwerk-  
ulm.de/cc](http://studierendenwerk-ulm.de/cc)



Preise für  
Stud. | Bed. | Gast

Änderungen des Speiseplans vorbehalten.  
Wir verwenden jodiertes Speisesalz.  
Kontakt: [mensa@studierendenwerk-ulm.de](mailto:mensa@studierendenwerk-ulm.de)

The menu is subject to change.  
We use iodized table salt.  
Contact: [mensa@studierendenwerk-ulm.de](mailto:mensa@studierendenwerk-ulm.de)

Prices for  
stud. | staff | guest