


























































Mensa Überseering
Überseering 35, 22297 Hamburg
Mo - Fr 8.00 - 15.00 Uhr
Frühstück 8.00 - 11.00 Uhr
Mittagessen 11.00 - 14.30 Uhr

Wochenplan: 19.03.2018 - 23.03.2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes	Kartoffelsuppe (2,3,8,22) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Milchreis (20) , Beerenkompott (1,9,20) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Karottensuppe (22,25) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Pfannkuchen mit Waldbeerfüllung (14,16,20) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	
	2 Quarkkeulchen (14,16,20) , Apfelmus (3) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Tomatensuppe (20,22) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Mohn Schupfnudeln (14,16,20) , Pflaumenkompott (1,20) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Gulaschsuppe mit Rindfleisch (14,22) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	
Gut und günstig	5 Nürnberger Bratwürstchen, Sauerkraut mit Speck (2,3,8,22) , Kartoffelpüree (20) 2,30 € / 3,60 € / 4,50 € 		Matjesfilets (2,17) , Matjessoße Hausfrauen Art (1,3,9,16,20,23,25) , Salzkartoffeln 2,30 € / 3,60 € / 4,50 €  		Backkartoffel mit Kräuterquark und gebratenen Champignons (20,25) 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €  
Beliebt und gerne gegessen		Hähnchenbrust mit Kokos Currysoße (14,19) , Zuckerschoten (20) , Basmatireis 3,15 € / 4,45 € / 5,60 €  		Chinesische Nudeln mit Rindfleisch (2,14,16,19) 2,75 € / 4,05 € / 5,10 €  	Fischburger (2,9,14,16,17,23,24) , Remoulade (1,3,9,16,20,23,25) , Pommes Frites 2,95 € / 4,25 € / 5,35 €  
Vegetarisch	Süßkartoffel Kokos Soja Curry (19,22,23) , Tomatenbulgur (14) 2,65 € / 3,95 € / 4,95 €    	Gemüse-Lasagne (14,16,20,22) , Karotten Sellerie Salat (22,25) 2,95 € / 4,25 € / 5,35 € 	Gnocchi mit Gemüse ragout (2,14,16,20,22,25) 2,65 € / 3,95 € / 4,95 € 	3 Kartoffeltaschen mit Kräuter Frischkäsefüllung (20) , Kräuter dip (20) , Zucchini-Gurkensalat (6) 3,05 € / 4,35 € / 5,45 € 	Pikante Gemüsepfanne mit Bohnen (2,25) , Mojo Rojo (2) , Röstkartoffeln 3,15 € / 4,45 € / 5,60 €   
Campus Spezial	Putenschnitzel mit Tomaten und Käse überbacken (20) , Kräutersoße (14,20) , Prinzessbohnen, Kroketten (14) 4,45 € / 5,45 € / 6,85 € 	Veganer Burger (3,14,19,23) , Cole Slaw mit Sojamajo (19,23) , Pommes Frites 4,10 € / 5,10 € / 6,40 €   	Olympusteller (14,16,23) , Tzatziki (20) , Kartoffeltwister (14) , Krautsalat (3,5,25) 4,15 € / 5,15 € / 6,45 €   	Putenschnitzel Piccata Milanese (14,16,20) , Tomaten-Basilikumsoße, Spaghetti (14) 4,40 € / 5,40 € / 6,75 € 	
Pasta-Bar pro 100g	Pasta Gorgonzola (20) , Tomatensoße, Hartkäse (20) , Penne (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta con verdure mit buntem Gemüse (6,22,25) , Hartkäse (20) , Farfalle (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Frutti di mare in Tomatensoße (15,22,27) , Fusilli (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €  	Pasta Pizzaiola mit Mozzarellakäse in Tomatensoße (20,22) , Hartkäse (20) , Vollkorn Penne (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Saporita mit Rindfleisch und Paprika (20,22) , Hartkäse (20) , Gnocchi (14,16) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 
	Pasta Arcobaleno mit Schinken und Käse (1,2,3,8,20,22,25) , Hartkäse (20) , Penne (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Carbonara mit Speck (2,3,8,14,20) , Hartkäse (20) , Farfalle (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Funghi mit Pilzen in Sahneseoße (3,14,20,22,25) , Fusilli (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Matrigiana mit Speck und Tomaten (2,3,8) , Hartkäse (20) , Vollkorn Penne (14) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Gorgonzola (20) , Hartkäse (20) , Gnocchi (14,16) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 



Mensa Überseering
 Überseering 35, 22297 Hamburg
 Mo - Fr 8.00 - 15.00 Uhr
 Frühstück 8.00 - 11.00 Uhr
 Mittagessen 11.00 - 14.30 Uhr

Wochenplan: 19.03.2018 - 23.03.2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gemüse-Bar pro 100g	glacierte rote Beete, Gemüsepfanne Texas (14) , gedünsteter Kohlrabi (20) , Ratatouille (22) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Prinzeßgemüse, Mexikanisches Gemüse (22) , gebratene Zucchini, Champignons in Soya-Rahm (14,19,25) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Blattspinat Asia Style (14) , Stangenbrechbohnen Provençal, Austernpilze mit roten Zwiebeln, Buntes Gemüse mit Staudensellerie und Schwarzwurzeln (22) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Mangold mit gerösteten Walnüssen (21) , Paprikagemüse mit Mango und Kokosmilch, Orientalisches Linsengemüse (22) , Broccoli 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	gebratener Pak Choi (2,14,19) , Blumenkohl mit gebräunten Bröseln (14) , Karottengemüse in Soja-Kräuterrahm (14,19) , Dicke Bohnen mediterraneo 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €
		  	  	  	  

- Änderungen des Speiseplans vorbehalten.
- Wir sind als gemeinnütziges Unternehmen verpflichtet, die Nutzungsberechtigung der Studierenden regelmäßig zu überprüfen und bitten Sie daher, den Studierendenausweis immer mitzuführen.
- Wir kennzeichnen die Allergene entsprechend der EU-Lebensmittelinformationsverordnung Nr. 1169/2011. Kreuzkontaminationen bei den einzelnen Zutaten sowie technologisch unvermeidbare Verunreinigungen einzelner Produkte mit Allergenen können nicht ausgeschlossen werden und werden nicht gekennzeichnet.
- Die verschiedenen Preise sind jeweils gültig für Studierende/Bedienstete/Gäste.

Zusatzstoffe/Allergene

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------------|--|------------------------------|
| 1 = Farbstoffe | 8 = Phosphat | 17 = Fisch/-erzeugnisse | 23 = Senf/-erzeugnisse |
| 2 = Konservierungsstoffe | 9 = Süßungsmittel | 19 = Soja/-erzeugnisse | 24 = Sesam/-erzeugnisse |
| 3 = Antioxidationsmittel | 14 = Glutenhaltiges Getreide | 20 = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose) | 25 = Schwefeldioxid/Sulfite |
| 5 = Geschwefelt | 15 = Krebstier(e)/-erzeugnisse | 21 = Schalenfrüchte//Nüsse | 27 = Weichtiere/-erzeugnisse |
| 6 = Geschwärzt | 16 = Ei/-erzeugnisse | 22 = Sellerie/-erzeugnisse | |

