


















































Mensa HCU
Überseeallee 16
20457 Hamburg
Mo - Fr 11.00 - 14.30 Uhr

Wochenplan: 18.09.2017 - 22.09.2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes	2 Quarkkeulchen (14,16,20) , Mangokompott (3) 1,30 € / 2,30 € / 2,60 €  	Cremige Blumenkohlsuppe mit Brötchen (14,20,22) 1,30 € / 2,30 € / 2,60 €  			
	Vegane Linsensuppe mit Steinpilzen und Brötchen (1,3,14,19,22) 1,30 € / 2,30 € / 2,60 €   	Germknödel mit Pflaumenmus gefüllt (14,16,20) , Vanillesoße (20) 1,30 € / 2,30 € / 2,60 €  			
Gut und günstig	Gratinierter Blumenkohl (20) , Käsesoße (14,20) , Salzkartoffeln 1,95 € / 3,05 € / 3,90 € 		Spaghetti (14) , Carbonara Soße (2,3,8,14,20) 1,95 € / 3,05 € / 3,90 € 	Matjesfilet mit Zwiebelscheiben (2,17) , Brechbohnen, Salzkartoffeln 1,95 € / 3,05 € / 3,90 €   	Tagliatelle (14) , Lauch- Sojasahne (19) 1,95 € / 3,05 € / 3,90 €    
Beliebt und gerne gegessen	Gebackene Seelachsfiletwürfel (14,17,20) , Remoulade (1,3,9,16,20,23,25) , Petersilienkartoffeln 2,50 € / 3,60 € / 5,00 €  	Hähnchenbrust Tandoori (20,23) , Tandoori Dip (20,23) , Ingwermöhrrchen mit Sesam (24) , Basmatireis 2,60 € / 3,70 € / 5,20 €  	Hähnchenbrust Hawaii (14,20,23) , Gemüse Couscous (14,22) , und Thai Red Soße (3,14,20,23) 2,70 € / 3,80 € / 5,40 € 	Krakauer Bratwurst (1,2,3,4,8,19,20,22,23) , Zwiebelsoße (22) , Erbsen-Karotten Gemüse (20) , Kartoffelpüree (20) 2,60 € / 3,70 € / 5,20 € 	Rahmgulasch vom Schwein mit Pilzen (3,20) , Semmelklöße (14,16) 3,00 € / 4,10 € / 6,00 € 
Vegetarisch		Gnocchi mit Spinat und Austernpilzen in veganer Currysoße 2,90 € / 4,00 € / 5,80 €    	4 Röstiecken, Kräuterquark (20) , Gurkensalat (20) 2,30 € / 3,40 € / 4,60 €  	Gemüse- Couscous mit Tofu, Backpflaumen (2,14,19,22) , Tomaten Pfirsich Relish (3) 2,80 € / 3,90 € / 5,60 €    	Omelette gratiniert mit Tomate und Käse (16,20) , Blattspinat, Hausgemachtes Knoblauch- Kartoffelpüree (20) 2,70 € / 3,80 € / 5,40 € 
Campus Spezial	4 Cevapcici (14,16,23) , Tzatziki (20) , Pommes Frites, griechische Bohnen 3,80 € / 4,50 € / 7,60 € 	Schweinenackenbraten in Senf und Bier mariniert, Bratensoße und (22) , buntem Gemüse, Salzkartoffeln 3,50 € / 4,15 € / 7,00 €  			
Pasta-Bar pro 100g		Chili con Carne (2) , Fladenbrot (14,16,19,24) 0,55 € / 0,70 € / 1,10 €  			
Gemüse-Bar pro 100g	Vegane Maultaschen (14) , Tomaten-Soja-Ragout (6) 0,55 € / 0,70 € / 1,10 €   				
Aus dem Wok			Entenstreifen mit Gemüse aus dem Wok (2,14,19,25) , und Kurkumareis 3,50 € / 4,15 € / 7,00 €   		



Mensa HCU
Überseeallee 16
20457 Hamburg
Mo - Fr 11.00 - 14.30 Uhr

- 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	19 = Soja/-erzeugnisse	25 = Schwefeldioxid/Sulfite
2 = Konservierungsstoffe	9 = Süßungsmittel	20 = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose)	
3 = Antioxidationsmittel	14 = Glutenhaltiges Getreide	22 = Sellerie/-erzeugnisse	
4 = Geschmacksverstärker	16 = Ei/-erzeugnisse	23 = Senf/-erzeugnisse	
6 = Geschwärzt	17 = Fisch/-erzeugnisse	24 = Sesam/-erzeugnisse	



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan