



Mensa Überseering

Überseering 35, 22297 Hamburg

Mo - Do 11.00 - 16.30 Uhr
















































































Fr 11.00 - 15.30 Uhr

Mittagessen Mo - Do 11.00 - 16.00 Uhr

Fr 11.00 - 15.00 Uhr

31.05.2019: 8.00 - 15.00 Uhr

Wochenplan: 20.05.2019 - 24.05.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes	2 Quarkkeulchen (Gl,Ei,La) , Apfelmus (3) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Bohneneintopf (3,5,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Karottensuppe mit Kerbel (Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Gulaschsuppe mit Rindfleisch (Gl,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Germknödel mit Schokoladenfüllung (Gl,So,La,Nu) , Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  
	Kartoffelsuppe (Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Milchreis (La) , Beerenkompott (1,9,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Mohn Schupfnudeln (Gl,Ei,La) , Pflaumenkompott (1,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Pfannkuchen mit Waldbeerfüllung (Gl,Ei,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Tomatensuppe (La,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 
Gut und günstig	Spinat Rindfleisch Curry (2,La,Sf) 1,75 € / 2,90 € / 3,65 € 	Matjesfilets (2,Fi) , Matjessoße Hausfrauen Art (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) 1,75 € / 2,90 € / 3,65 €  	Zucchini Hackfleischtopf (Sl) 1,75 € / 2,90 € / 3,65 €  	Zucchini Hackfleischtopf (Sl) 1,75 € / 2,90 € / 3,65 €  	Vegetarische Paella (3,Sl) , Aioli Dip (1,3,9,Ei,La,Sf) 2,10 € / 3,40 € / 4,25 €  
				Spaghetti Tomaten Mango Belugalinsenragout (2,Gl,Sl) 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €    	
Beliebt und gerne gegessen	Wrap mit Rinderhack, Kidneybohnen, Paprika und Mais (2,Gl) 2,80 € / 4,10 € / 5,15 €  	Hähnchenbrust mit Kokos Currysoße (Gl,So) , Zuckerschoten (La) , Basmatireis 3,15 € / 4,45 € / 5,60 €  			Fischburger (2,9,Gl,Ei,Fi,Sf,Se) , Remoulade (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) 2,45 € / 3,60 € / 4,55 €  
Vegetarisch	Süßkartoffel Kokos Soja Curry (So,Sl,Sf) , Tomatenbulgur (Gl) 2,65 € / 3,95 € / 4,95 €    		Indischer Biryani mit mariniertem gebratenen Tofu (2,Gl,So) 2,85 € / 4,15 € / 5,20 €    		3 Kartoffeltaschen mit Kräuter Frischkäsefüllung (La) , Kräuterdip (La) 2,60 € / 3,75 € / 4,75 € 
Campus Spezial	Putenschnitzel mit Tomaten und Käse überbacken (La) , Kräutersoße (Gl,La) 3,40 € / 4,10 € / 5,20 € 	Vegetarischer Burger (3,Gl,Ei,Sf) , Cole Slaw mit Sojamajo (So,Sf) 4,35 € / 5,20 € / 6,55 €   	Hähnchen Gemüsepfanne mit grünem Spargel (2,Gl,So,Nu) , Reis 3,70 € / 4,70 € / 5,90 €   	Olympusteller (Gl,Ei,Sf) , Tzatziki (La) 3,20 € / 3,90 € / 4,95 €   	
Pasta-Bar pro 100g	Pasta Napoli, Tomatensoße, Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Napoli, Tomatensoße, Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Funghi mit Pilzen in Sahneseoße (3,Gl,La,Sl,Sw) , Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Pizzaiola mit Mozzarella in Tomatensoße (La,Sl) , Hartkäse (La) , bunte Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Gorgonzola (La) , Hartkäse (La) , Gnocchi (Gl,Ei) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 
	Pasta Gorgonzola (La) , Tomatensoße, Hartkäse (La) , Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta con verdure mit buntem Gemüse (6,Sl,Sw) , Hartkäse (La) , Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Napoli, Tomatensoße, bunte Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Napoli, Tomatensoße, Gnocchi (Gl,Ei) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   



Mensa Überseering

Überseering 35, 22297 Hamburg

Mo - Do 11.00 - 16.30 Uhr

Fr 11.00 - 15.30 Uhr

Mittagessen Mo - Do 11.00 - 16.00 Uhr

Fr 11.00 - 15.00 Uhr

31.05.2019: 8.00 - 15.00 Uhr

Wochenplan: 20.05.2019 - 24.05.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gemüse-Bar pro 100g	Prinzeßgemüse, Mexikanisches Gemüse (Sl) , gebratene Zucchini, Champignons in Rahm (Gl,La,Sw) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	glacierte rote Beete, Gemüsepfanne Texas (Gl) , gedünsteter Kohlrabi (La) , Ratatouille (Sl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Blattspinat Asia Style (Gl) , Stangenbohnen Provencal, Austernpilze mit roten Zwiebeln, Buntes Gemüse mit Staudensellerie und Schwarzwurzeln (La,Sl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Paprikagemüse mit Mango und Kokosmilch, Auberginen mit Balsamico Bianco (3,5,Sw) , Broccoli, Indischer Biryani mit mariniertem gebratenen Tofu (2,Gl,So) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Blumenkohl mit gebräunten Bröseln (Gl,La) , Karottengemüse in Kräuterrahm (Gl,La) , zweierlei Bohnen 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €
Aktion				Deutscher Spargel, Hollandaise (Ei,La,Sl,Sw) , Salzkartoffeln 3,95 € / 4,95 € / 6,20 €	
				Deutscher Spargel, zerlassene Butter (La) , Salzkartoffeln 3,95 € / 4,95 € / 6,20 €	

• 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	9 = Süßungsmittel	Nu =	Sw = Schwefeldioxid/Sulfite
2 = Konservierungsstoffe	Ei = Ei-erzeugnisse	Schalenfrüchte/-erzeugnisse	
3 = Antioxidationsmittel	Fi = Fisch/-erzeugnisse	Se = Sesam/-erzeugnisse	
5 = Geschwefelt	Gl = Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse	Sf = Senf/-erzeugnisse	
6 = Geschwärzt	La = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose)	Sl = Sellerie/-erzeugnisse	
		So = Soja/-erzeugnisse	



mit Alkohol



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan



neues Gericht