





























**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  
 04.02. - 29.03.2019: 11.00 - 15.00 Uhr

**Wochenplan: 18.02.2019 - 22.02.2019**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aus dem Suppentopf und Süßes</b>	Zwiebelsuppe (Gl,La,Sl) , Croutons (Gl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Süßkartoffelsuppe (3,Gl,So,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Indische Tomaten Linsensuppe (Sf) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   		Blumenkohl-Broccoli Suppe (Gl,La,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  
	2 Eierpannkuchen (Gl,Ei,La) , Beerenkompott (1,9,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Süßer Quarkauflauf (Gl,Ei,La) , Zimt- Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Grießspeise (Gl,La) , Beerenkompott (1,9,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  		
<b>Gut und günstig</b>	Bratnudeln mit Gemüsestreifen (2,Gl,So,Se) , scharfer Asia-Dip (1,Sf) 1,95 € / 3,25 € / 4,10 €   	Chili sin carne (So,Sl) , Kräuterreis 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €    	Frikadelle (Gl,Ei) , Rahmsauce (Gl,La,Sl) , Erbsen- Karotten Gemüse (La) 1,75 € / 2,90 € / 3,65 €  	Linsenbolognese in pikanter Soße (Sl) , Spaghetti (Gl) 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €   	
<b>Beliebt und gerne gegessen</b>	Gebackene Seelachsfiletwürfel (Gl,Fi,La) , Remoulade (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) 2,45 € / 3,60 € / 4,55 €  	Rindergeschnetzeltes mit Pilzen in Rahm (3,Gl,La,Sl) 2,60 € / 3,75 € / 4,75 € 	Currybratwurst (3,4,8,Sf) , Currysoße Sansibar (3,5,9,Sl,Sf,Sw) , Mango Currysoße (3) , Grillsauce (2,9,Sl,Sf) , Pommes Frites (Sf) 2,85 € / 4,15 € / 5,20 €  	Hähnchen Crossies (Gl) , Ananas-Chilisoße (2,Sl,Sf) 2,35 € / 3,50 € / 4,40 €   	Paniertes Schweineschnitzel (Gl,Ei,La) , Paprikarahmsauce (Gl,La) 2,40 € / 3,55 € / 4,50 € 
<b>Vegetarisch</b>					Linsenbratling (2,Gl,So,Sl) , Currycremewirsing (Gl,So) , Kräuterkartoffeln 2,55 € / 3,85 € / 4,85 €    
<b>Campus Spezial</b>	Putenbrust im Ganzen gebraten, Thymian-Rotweinsauce (La,Sw) 3,30 € / 4,00 € / 5,05 €  	Schweinefilet im Stück gebraten, Champignonrahmsauce (Gl,La,Sl) 3,90 € / 4,60 € / 5,80 € 		Schweinebraten, Biersauce (Gl,Sl) 2,85 € / 3,55 € / 4,50 €   	
<b>Pasta-Bar pro 100g</b>	Pasta con verdure mit Gemüse in Sahnesauce (6,Gl,La,Sl,Sw) , Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €  	Pasta Napoli (Sl) , Spaghetti (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Primavera mit Auberginen, Tomaten,Zucchini und Kapern (Sw) , Tagliatelle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Basilico (Gl,La) , Hartkäse (La) , Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli (Sl) , Eliche (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   
		Pasta Funghi mit Pilzen in Sahnesauce (3,Gl,La,Sl,Sw) , Hartkäse (La) , Spaghetti (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli (Sl) , Tagliatelle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Napoli (Sl) , Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Boscaiola mit Mischpilzen und Sahne, Eliche (Gl) 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

04.02. - 29.03.2019: 11.00 - 15.00 Uhr

### Wochenplan: 18.02.2019 - 22.02.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Gemüse-Bar pro 100g</b>	Gartenbohnen mit Pfifferlingen und Cherrytomaten, Tomaten-Oliven-Ragout (6), Grüne und gelbe Zucchini mit Oliven und Cherrytomate (6) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Fingermöhrrchen mit Ingwer und Frühlingslauch (2,Gl,So,La), Spitzkohl in Rahm (La), gebratene Champignons (Sw) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Erbsen, Prinzessbohnen, Grillgemüse mit Quinoa (2,Gl,So), Wirsing in Chilicreme (Gl,So,Sl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Königserbsenschoten, Buntes Chinagemüse (2,Gl,So), Blattspinat in Rahm (Gl,La) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Mandelbroccoli (Nu), Karotten Pastinakenmix mit frischer Petersilie, gebratene Paprika (5,Sw) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   
<b>Aus dem Wok</b>			Gemüsepfanne Thai Green (2,3,Gl,So,Sl,Sw) <b>3,00 € / 4,15 € / 5,25 €</b>   		

• 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  
2 = Konservierungsstoffe  
3 = Antioxidationsmittel  
4 = Geschmacksverstärker  
5 = Geschwefelt  
6 = Geschwärtzt  
8 = Phosphat  
9 = Süßungsmittel  
Ei = Ei-erzeugnisse  
Fi = Fisch-erzeugnisse

Gl = Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse  
La = Milch-erzeugnisse (einschl. Laktose)  
Nu = Schalenfrüchte-erzeugnisse  
Se = Sesam-erzeugnisse  
Sf = Senf-erzeugnisse  
Sl = Sellerie-erzeugnisse  
So = Soja-erzeugnisse  
Sw = Schwefeldioxid/Sulfite



mit Alkohol



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan