



### 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

15.07. - 11.10.2019: 11.00 - 15.00 Uhr

Mittagessen bis 14.30 Uhr

### Wochenplan: 12.08.2019 - 16.08.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aus dem Suppentopf und Süßes</b>	Kartoffelsuppe (SI) 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 €  	Mohn Schupfnudeln (Gl,Ei,La) , Pflaumenkompott (1,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 
	2 Quarkkeulchen (Gl,Ei,La) , Apfelmus (3) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Bohneneintopf (3,5,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Mexikanische Bohnensuppe (2,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Gulaschsuppe mit Rindfleisch (Gl,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	2 Quarkkeulchen (Gl,Ei,La) , Pflaumenkompott (1,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  
					Marokkanischer Tajinetopf, Afrikanische Gemüse Kartoffel Tajine (Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   
<b>Gut und günstig</b>	Matjesfilets (2,Fi) , Matjessoße Hausfrauen Art (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) 1,95 € / 3,10 € / 3,90 €  			Spaghetti Tomaten Mango Belugalinsenragout (2,Gl,Sl) 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €    	Vegetarische Paella (3,Sl) , veganes Soja Tzatziki (So,Sf) 2,10 € / 3,40 € / 4,25 €   
				Matjesfilets (2,Fi) , Matjessoße Hausfrauen Art (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) , Drillinge 2,50 € / 3,80 € / 4,75 €  	Chili con Carne (2) , Reis 2,45 € / 3,75 € / 4,70 €  
<b>Beliebt und gerne gegessen</b>		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 €  	Belgische Pommes American Style mit Hähnchen Crossies (Gl) , BBQ Soße (2,9,Sl,Sf) 2,90 € / 4,20 € / 5,25 €   	Fischburger (2,9,Gl,Ei,Fi,Sf,Se) , Remoulade (1,3,9,Ei,La,Sf,Sw) 2,65 € / 3,80 € / 4,80 €  
				Belgische Pommes Moroccan Style mit Falafelbällchen (Gl,Sl) , Tzatziki (La) 2,90 € / 4,20 € / 5,25 €  	
<b>Vegetarisch</b>	Süßkartoffel Kokos Soja Curry (So,Sl,Sf) , Tomatenbulgur (Gl) 2,65 € / 3,95 € / 4,95 €    	Hausgemachte Gemüselasagne (Gl,So,La,Sl) , Apfel Karotten Salat (3,Sw) , Tomatensoße (Gl,La) 3,30 € / 4,60 € / 5,75 € 	Indischer Biryani mit mariniertem gebratenen Tofu (2,Gl,So) 2,85 € / 4,15 € / 5,20 €    		
<b>Campus Spezial</b>	Putenschnitzel mit Tomaten und Käse überbacken (La) , Kräutersoße (Gl,La) 3,60 € / 4,30 € / 5,45 € 				



### 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

15.07. - 11.10.2019: 11.00 - 15.00 Uhr

Mittagessen bis 14.30 Uhr

### Wochenplan: 12.08.2019 - 16.08.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Pasta-Bar pro 100g</b>	Pasta Napoli, Tomatensoße, Penne (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Pasta con verdure mit buntem Gemüse (6,Sl,Sw), Hartkäse (La), Farfalle (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Fusilli (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Pasta Napoli, Tomatensoße, Pasta Mix (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Pasta Gorgonzola (La), Hartkäse (La), Spaghetti (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 
	Pasta Gorgonzola (La), Hartkäse (La), Penne (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Farfalle (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Pasta Funghi mit Pilzen in Sahnsoße (3,Gl,La,Sl,Sw), Fusilli (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Pizzaiola mit Mozzarellasoße (La,Sl), Hartkäse (La), Pasta mix (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Spaghetti (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   
<b>Gemüse-Bar pro 100g</b>	Prinzeßgemüse, Mexikanisches Gemüse (Sl), Grüne und gelbe Zucchini mit Oliven und Cherrytomate (6), Champignons in Rahm (Gl,La,Sw) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	glacierte rote Beete, gebratene Zucchini, gedünsteter Kohlrabi (La), Ratatouille (Sl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Blattspinat Asia Style (Gl), Stangenbrechbohnen Provincial, Austernpilze mit roten Zwiebeln, Buntes Gemüse mit Staudensellerie und Schwarzwurzeln (La,Sl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Auberginen mit Balsamico Bianco (3,5,Sw), Orientalisches Linsengemüse (Sl), Broccoli <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Blumenkohl mit gebräunten Bröseln (Gl,La), Karottengemüse in Kräuterrahm (Gl,La), gebratene Champignons (Sw) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</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

5 = Geschwefelt

6 = Geschwärzt

9 = Süßungsmittel

Ei = Ei-erzeugnisse

Fi = Fisch-erzeugnisse

Gl = Glutenhaltiges Getreide und

daraus hergestellte Erzeugnisse

La = Milch-erzeugnisse (einschl.

Laktose)

Se = Sesam-/erzeugnisse

Sf = Senf-/erzeugnisse

Sl = Sellerie-/erzeugnisse

So = Soja-/erzeugnisse

Sw = Schwefeldioxid/Sulfite



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan



neues Gericht