

































































**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

**Wochenplan: 15.04.2019 - 19.04.2019**

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Aus dem Suppentopf und Süßes</b>	Grießspeise (Gl,La) , Apfelkompott (3) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Marokkanische Kichererbsensuppe (Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Karottensuppe mit Kerbel (Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	3 Stück Kartoffelpuffer (Gl,Ei) , Apfelmus (3) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	
	Indische Tomaten Linsensuppe (Sf) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	Warmer Apfelstrudel (Gl) , Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Germknödel (Gl,Ei,La) , Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €  	Asiatische Gemüsesuppe süß-sauer 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €   	
<b>Gut und günstig</b>	Stortelli mit Kichererbsen und Tomaten (Gl) , rote Beete Tomatensoße 1,95 € / 3,25 € / 4,10 €   	Kräuterrührei (Ei,La) , Bratkartoffeln 2,35 € / 3,65 € / 4,60 €  	Rindfleischfrikadelle (Gl,Ei) , Senf (Sf) 1,65 € / 2,80 € / 3,55 €  	Tagliatelle (Gl) , Lauch- Sojasahne (So) 2,05 € / 3,35 € / 4,20 €   	
<b>Beliebt und gerne gegessen</b>	Paniertes Putenschnitzel (Gl) , Ratatouille (Sl) 2,60 € / 3,75 € / 4,75 €   			Belgische Pommes Maroccan Style mit Falafelbällchen (Gl,Sl) , Tzatziki (La) 2,90 € / 4,20 € / 5,25 €  	
				Hähnchenbrust im Knuspermantel (Gl) , Currysoße (Gl,La,Sf) , pikantes Möhrengemüse (Sl) 2,10 € / 3,25 € / 4,10 € 	
				Belgische Pommes American Style mit Hähnchen Crossies (Gl) , BBQ Soße (2,9,Sl,Sf) 2,90 € / 4,20 € / 5,25 €   	
<b>Vegetarisch</b>		Soja Bolognese mit Gemüse (4,So,Sl) , Spaghetti (Gl) , Hartkäse (La) 2,55 € / 3,85 € / 4,85 € 	Ägyptische Falafel mit Hummusfüllung (Gl,So,Sl,Se) , Pfefferminz Joghurt Dip (La) , Rotkohlsalat (3) 2,60 € / 3,75 € / 4,75 €  		
<b>Campus Spezial</b>	Fit ins neue Jahr.: Blattsalat mit Hirtenkäse und Süßkartoffeln an einem Walnussdressing (La,Nu) 2,80 € / 4,10 € / 5,15 € 	Thai Chicken (Fi,So,Sl) 2,95 € / 3,80 € / 4,80 €    	Gebratenes Kabeljaufilet auf lauwarmen Belugalinsen , Grillgemüse und Salsa Verde (5,9,Fi,Sf,Sw) 5,10 € / 6,10 € / 7,65 €    		
<b>Pasta-Bar pro 100g</b>	Pasta Napoli, Tomatensoße, Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €   	Pasta Napoli, Tomatensoße, Eliche (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 Soja Bolognese, Soja Bolognese (4,So,Sl) , Farfalle (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

### Wochenplan: 15.04.2019 - 19.04.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Pasta-Bar pro 100g</b>	Pasta Gorgonzola (La) , Hartkäse (La) , Penne (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Funghi mit Pilzen in Sahnesoße (3,Gl,La,Sl,Sw) , Hartkäse (La) , Eliche (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Don Pepe mit Räucherlachs und Spinat (Gl,Fi,La,Sl) , Tagliatelle (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Pasta Basilico (Gl,La) , Hartkäse (La) , Farfalle (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	
<b>Gemüse-Bar pro 100g</b>	Gemüse süß sauer aus dem Wok (2,Gl,So,Sl,Sw) , Champignon Lauchpfanne (Gl,La,Sw) , Gartengemüse, Gemüsepfanne Texas (Gl) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>  	Austerpilzragout (Gl,La) , Spanisches Pfannengemüse, Brechbohnen, Broccoli mit Hirtenkäse (La) <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b> 	Orientalisches Kichererbsengemüse (2,5,Sw) , Karotten Rustica, Gemüsemix Eskorial, Erbsen-Mais Gemüse <b>0,60 € / 0,80 € / 1,00 €</b>   	Blattspinat, Tomaten Mango Belugalinsenragout (2,Sl) , Fenchelgemüse (Sl) , Gemüse Bulgur (Gl,Sl) <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

2 = Konservierungsstoffe

3 = Antioxidationsmittel

4 = Geschmacksverstärker

5 = Geschwefelt

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 Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan



neues Gericht