




























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: 22.04.2019 - 26.04.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes		Schnittbohneintopf (2,3,8,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Gemüse Pilzeintopf (3,Gl,La,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Kürbis Mango Suppe (Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 	Kartoffel-Lauch Suppe mit Shrimps (1,Kr,La,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 €
		Milchreis (La) , Kirschrütze (1,La) 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 € 	Mohn Schupfnudeln (Gl,Ei,La) , Pflaumenkompott (1,La) 1,40 € / 2,60 € / 3,25 € 
Gut und günstig			Kohlroulade (Ei,La,Sf) , Kümmelsoße (Sl) , Salzkartoffeln 2,20 € / 3,50 € / 4,40 € 	Penne mit Champignons, Tomaten, Knob und frischen Kräutern (Gl,Sw) 2,30 € / 3,60 € / 4,50 € 	Veganes Kichererbsencurry, pikantes Möhrengemüse (Sl) 1,50 € / 2,65 € / 3,35 € 
Beliebt und gerne gegessen		Hähnchenstreifen in Rucola-Soße (La) , Farfalle mit Tomaten (Gl) 2,95 € / 4,25 € / 5,35 € 	Gebackenes Alaska Seelachsfilet (Gl,Fi) , rote Beete Zwiebel Quark (La) 2,25 € / 3,40 € / 4,30 € 	Rindergulasch mit Paprika (La) 2,60 € / 3,75 € / 4,75 € 	
Vegetarisch		Vegane Maultaschen (Gl) , Tomatensoße, Broccoli 3,15 € / 4,45 € / 5,60 € 	Scharfes Kürbisgemüse mit Linsen und Rucola, Penne (Gl) 2,95 € / 4,25 € / 5,35 € 		Vegetarisches Schnitzel in Knusperpanade mit Goudafüllung (1,2,Gl,Ei,La) , Kräutersoße (Gl,La) , Finger Möhrchen (La) 2,30 € / 3,45 € / 4,35 € 
Campus Spezial					Seelachs in Kräutereihülle mit Dijon Senfsoße (3,5,Gl,Ei,Fi,La,Sl,Sf,Sw) , rustikales Möhrengemüse (La) , Kräuterkartoffeln 4,95 € / 5,95 € / 7,45 € 
Pasta-Bar pro 100g		Pasta Funghi mit Pilzen in Sahnesoße (3,Gl,La,Sl,Sw) , Hartkäse (La) , Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Pizzaiola mit Mozzarella in Tomatensoße (La,Sl) , Hartkäse (La) , Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta mit Spinat und Olivenöl (6,Sf) , rote Beete Gnocchi (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 
		Pasta Napoli, Tomatensoße, Fusilli (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli, Tomatensoße, Penne (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Basilico (Gl,La) , Hartkäse (La) , Farfalle (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 € 	Pasta Napoli, Tomatensoße, rote Beete Gnocchi (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: 22.04.2019 - 26.04.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gemüse-Bar pro 100g		Buntes Asia Gemüse mit Wasserkastanie und Lotuswurzel (2,Se) , Spitzkohl in Rahm (La) , gebratene Champignons (Sw) , Fingermöhrrchen mit Ingwer und Frühlingslauch (2,Gl,So,La) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Buttererbsen, Prinzessbohnen, Grillgemüse mit Quinoa (2,Gl,So) , Wirsing in Chilicreme (Gl,So,Sl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Königsersbschoten, Buntes Chinagemüse (2,Gl,So) , Blattspinat in Rahm (Gl,La) , Gemüsemix Balance 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €	Mandelbroccoli (La,Nu) , Karotten Pastinakenmix mit frischer Petersilie, gebratene Paprika (5,Sw) , Gemüsepfanne Texas (Gl) 0,60 € / 0,80 € / 1,00 €
Aktion		Deutscher Spargel, zerlassene Butter (La) , Salzkartoffeln 3,95 € / 4,95 € / 6,20 €		Deutscher Spargel, zerlassene Butter (La) , Salzkartoffeln 3,95 € / 4,95 € / 6,20 €	
		Deutscher Spargel, Hollandaise (Ei,La,Sl,Sw) , Salzkartoffeln 3,95 € / 4,95 € / 6,20 €		Deutscher Spargel, Hollandaise (Ei,La,Sl,Sw) , 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 | 8 = Phosphat | La = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose) | So = Soja/-erzeugnisse |
| 2 = Konservierungsstoffe | Ei = Ei/-erzeugnisse | Nu = | Sw = Schwefeldioxid/Sulfite |
| 3 = Antioxidationsmittel | Fi = Fisch/-erzeugnisse | Schalenfrüchte/-erzeugnisse | |
| 5 = Geschwefelt | Gl = Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse | Se = Sesam/-erzeugnisse | |
| 6 = Geschwärzt | Kr = Krebstier(e)/-erzeugnisse | Sf = Senf/-erzeugnisse | |
| | | Sl = Sellerie/-erzeugnisse | |



mit Alkohol



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan