






























































Mensa HCU
Überseeallee 16
20457 Hamburg
Mo - Fr 11.00 - 14.30 Uhr
–In der Zeit von 12.00 bis 13.30 Uhr nur für
Studierende und Mitarbeiter/innen der
Hamburger Hochschulen geöffnet–

Wochenplan: 14.10.2019 - 18.10.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes	Warmer Apfelstrudel (Gl) , Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	Vegane Kürbissuppe (Sl) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €   	Milchreis (La) , Obstkompott (3) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  		
	Geflügelsuppe mit Gemüse (Gl,La,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	Kaiserschmarrn (Gl,Ei,La) , Rhabarber-Erdbeer-Kompott (1,La) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	Vegane Linsensuppe (Sl) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €   		
Gut und günstig			Chili con Carne (2) , Fladenbrot (Gl,Ei,So,Se) 2,50 € / 3,80 € / 5,00 €  		Vegane Carbonara mit Tofuwürfel (1,2,Gl,So,Sl,Sf) , Conchiglie (Gl) 2,35 € / 3,65 € / 4,70 €   
Beliebt und gerne gegessen	Spaghetti (Gl) , Bolognese, Hartkäse (La) 2,50 € / 3,80 € / 5,00 € 	Paniertes Schweineschnitzel (Gl,Ei,La) , Champignonrahmsauce (Gl,La,Sl) , Pommes Frites (Sf) 3,35 € / 4,65 € / 6,70 € 		Hähnchenbrust in Kardamommarinade (So) , Tomaten Paprika Apfelgemüse mit Bambusstreifen (Sw) , Basmatireis 3,30 € / 4,60 € / 6,60 €    	Krakauer Bratwurst (2,3,4,8,So,Sf) , Zwiebelsauce (Sl) , Erbsen-Karotten Gemüse (La) , Kartoffelpüree (La) 2,80 € / 4,10 € / 5,60 € 
Vegetarisch	Vegane Kürbispanne (2,Gl,So) , Gemüse Bulgur (Gl,Sl) 2,70 € / 4,00 € / 5,40 €   	Ägyptische Falafel (Gl,Sl) , Soja Knoblauchdip (Sf) , Gemüse Bulgur (Gl,Sl) , Krautsalat (3,5,Sw) 3,30 € / 4,60 € / 6,60 €   	Nudelpfanne mit Zucchini, Staudensellerie und Radicchio (Gl,Sl,Sw) 2,75 € / 4,05 € / 5,50 €    	Kartoffelrösti (3) , gebratenes Gemüse, Salsa Verde (3,5,9,Sf,Sw) 0,00 € / 1,30 € / 0,00 €   	Gnocchi a la Romana mit Artischocken und Tomaten (Gl,Ei) 3,30 € / 4,60 € / 6,60 €   
Campus Spezial	Putensteak, Kräuterbutter (La) , Broccoli, Tomaten-Gnocchi (Gl,Ei) 4,95 € / 5,95 € / 9,90 € 	Gebratenes Seelachsfilet (Gl,Fi) , Dillrahmsauce (Gl,La,Sw) , Blattspinat, Salzkartoffeln 4,30 € / 5,30 € / 8,60 €  	Kürbis Steckrübenbratling (Gl) , Gemüse Bulgur (Gl,Sl) , Frühlingzwiebel Quark (La) 4,50 € / 5,50 € / 9,00 €  	Susländer Nackenbraten, Biersauce (Gl,Sl) , Spitzkohl, Semmelknöße (Gl,Ei) 4,70 € / 5,70 € / 9,40 €   	
Pasta-Bar pro 100g	Makkaroni Tomatenaufbau mit Basilikumsoße (Gl,Ei,La) 0,65 € / 0,85 € / 1,30 €  	Tomaten Chili Knoblauch Pasta mit Tofu (6,Gl,So) 0,65 € / 0,85 € / 1,30 €    	Pasta Carbonara mit Speck (2,3,8,Gl,La) , Hartkäse (La) , Pasta (Gl) 0,65 € / 0,85 € / 1,30 € 		
Aus dem Wok					Rindfleischstreifen Hot Spice (2,5,Sl,Sw) , Basmatireis 3,70 € / 4,70 € / 7,40 €  



Mensa HCU

Überseeallee 16
20457 Hamburg
Mo - Fr 11.00 - 14.30 Uhr
–In der Zeit von 12.00 bis 13.30 Uhr nur für Studierende und Mitarbeiter/innen der Hamburger Hochschulen geöffnet–

- 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	6 = Geschwärtz	Gl = Glutenhaltiges Getreide und daraus hergestellte Erzeugnisse	So = Soja/-erzeugnisse
2 = Konservierungsstoffe	8 = Phosphat	La = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose)	Sw = Schwefeldioxid/Sulfite
3 = Antioxidationsmittel	9 = Süßungsmittel	Ei = Ei/-erzeugnisse	
4 = Geschmacksverstärker	Fi = Fisch/-erzeugnisse	Se = Sesam/-erzeugnisse	
5 = Geschwefelt		Sf = Senf/-erzeugnisse	
		Sl = Sellerie/-erzeugnisse	



mit Alkohol



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa ~~Milch~~



keine laktosehaltigen Lebensmittel



Klima Teller



Vegan