



















































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: 15.04.2019 - 19.04.2019

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aus dem Suppentopf und Süßes	Vegane Minestrone mit Gemüse und Brötchen (3,5,Gl,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €   	Vegane mediterrane Kichererbsensuppe mit Brötchen (1,3,Gl,So,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €   	Vegane Mexikanische Bohnensuppe (2,Gl,Sl) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €   	Kaiserschmarrn (Gl,Ei,La) , Beerenkompott (1,9,La) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	
	Warmer Apfelstrudel (Gl) , Vanillesoße (La) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	2 Quarkkeulchen (Gl,Ei,La) , Rhabarberkompott 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	2 Eierpfannkuchen (Gl,Ei,La) , Beerenkompott (3) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 €  	Kürbiscremesuppe mit Brötchen (1,3,5,Gl,So,La,Sl,Sw) 1,40 € / 2,60 € / 2,80 € 	
Gut und günstig	Afrikanische Gemüse Kartoffel Tajine (Sl) , Ciabatta mit Paprika (Gl) 1,95 € / 3,25 € / 3,90 €   	Bratkartoffeln, Kräuterrührei (Ei,La) 2,35 € / 3,65 € / 4,70 €  	Rindfleischfrikadelle (Gl,Ei) , Bayrischer Kartoffelsalat mit Gurken (2,Sf) , Senf (Sf) 2,20 € / 3,50 € / 4,40 €  		
	Texashacksteak (Gl,Ei) , Pfefferrahmsoße (Gl,La,Sl) , Kartoffelspalten (Gl) 0,00 € / 1,30 € / 0,00 € 				
Beliebt und gerne gegessen	Paniertes Putenschnitzel (Gl) , Ratatouille (Sl) , Rosmarinkartoffeln 3,15 € / 4,45 € / 6,30 €   	Schweinegeschnetzeltes Züricher Art (Gl,La,Sl) , Spätzle (Gl,Ei) 3,20 € / 4,50 € / 6,40 € 	Hähnchenstreifen in Rucola-Soße (La) , Farfalle mit Tomaten (Gl) 2,80 € / 4,10 € / 5,60 €   	Hähnchenbrust im Knuspermantel (Gl) , Currysoße (Gl,La,Sf) , pikantes Möhrengemüse (Sl) , Reis 2,65 € / 3,95 € / 5,30 € 	
Vegetarisch			Ägyptische Falafel mit Hummusfüllung (Gl,So,Sl,Se) , Pfefferminz Joghurt Dip (La) , Gemüse Couscous (Gl,La,Sl) , Rotkohlsalat (3) 3,15 € / 4,45 € / 6,30 € 	Käsespätzle mit Zwiebelschmelze (Gl,Ei,La) , gemischte Blattsalate (Sw) , hausgemachtes Joghurt Dressing (La) 2,70 € / 4,00 € / 5,40 € 	
Campus Spezial		Thai Chicken (Fi,So,Sl) , Basmatireis 3,50 € / 4,50 € / 7,00 €    			
Pasta-Bar pro 100g	Schupfnudel Kürbis Champignonpfanne (Gl,Ei,Sw) , Hirtenkäse Quark Dip (La) 0,60 € / 0,80 € / 1,20 €  	Soja Bolognese mit Gemüse (4,So,Sl) , Spaghetti (Gl) , Hartkäse (La) 0,60 € / 0,80 € / 1,20 € 	Nudelauffauf mit Hähnchen und Gemüse (3,Gl,Ei,La) , Käsesoße (Gl,La) 0,60 € / 0,80 € / 1,20 €  	Pasta con verdure mit buntem Gemüse (6,Sl,Sw) 0,60 € / 0,80 € / 1,20 €   	
Aus dem Wok				Schweinefleisch Honey Pepper (Sl,Sw) , Reis 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

2 = Konservierungsstoffe

3 = Antioxidationsmittel

4 = Geschmacksverstärker

5 = Geschwefelt

6 = Geschwärzt

9 = Süßungsmittel

Ei = Ei/-erzeugnisse

Fi = Fisch/-erzeugnisse

Gl = Glutenhaltiges Getreide und

daraus hergestellte Erzeugnisse

La = Milch/-erzeugnisse (einschl. Laktose)

Sw = Schwefeldioxid/Sulfite

Se = Sesam/-erzeugnisse

Sf = Senf/-erzeugnisse

Sl = Sellerie/-erzeugnisse

So = Soja/-erzeugnisse



mit Schwein



mit Rind



mit Fisch



mit Geflügel



vegetarisch



Mensa Vital



laktosefrei



Klima Teller



Vegan