

Speiseplan vom 20.10.25 bis 24.10.2025



essenszeit_nsi



Niedersächsisches Studieninstitut

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Brötchen der Woche	Schnittbrötchen mit Butter, Allgäuer Bergkäse, Blattsalat und Salatgurke 2,00 € A1,G VEGGI				
Tagesgericht I	"Tortiglioni al pollo" Frische Röhrenpasta mit Hähnchenragout und buntem Paprikatopping 6,60 € A1,C,G,I G Externe Gäste 10,90 €	"Putensteak Strindberg" Putensteak mit Senfkruste, Salzkartoffeln, Jus und saisonalem Gemüse 6,60 € A1,G,I,J G Externe Gäste 10,90 €	Kräftiges Rindsgulasch mit Schupfnudeln, Ofenmöhren und Kräutern 6,60 € A1,C,G,I R Externe Gäste 10,90 €	Ofenfrischer Nudelauflauf mit Hackfleisch, Gemüse, fruchtiger Tomatensauce und kleinem Beilagensalat 6,60 € 2,3,4 A1,G,I,J S,R Externe Gäste 10,90 €	Spätzle-Gemüsepfanne mit feiner Kräutersauce, Apfel-Möhrenrohkost und ChimiChurri 6,10 € A1,A5,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €
Tagesgericht II	Süßkartoffelcremesuppe mit Kokosmilch, Chili, gebratener Gemüseeinlage und krossem Baguette 6,10 € A1,F,K VEGAN Externe Gäste 10,10 €	Zwiebelkuchen mit knackigen Blattsalaten, französischem Dressing und Schnittlauchschmand 6,10 € A1,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €	Gelbes Blumenkohlcurry mit gedämpftem Duftreis, angemachten Sprossen und auf Wunsch mit Koriander 6,10 € F,K VEGAN Externe Gäste 10,10 €	"Tolle Knolle" Hiesige Bio-Kartoffeln mit einem Omelett, Leinöl, Kräuterquark und Salat 6,10 € C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €	"Chili sin carne" Pikantes Chili mit Bohnen, Mais, Paprika, Naturreis und ChimiChurri 6,10 € I VEGAN Externe Gäste 10,10 €
Dessert	Mango-Beerencreme 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Obstsalat-Becher 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 €	Grießflammerie mit Apfelragout 1,35 € A5,G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Gebratene Milchreistaler mit Fruchtsauce 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	"KiBa Dessert" Kirsche trifft Banane 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 €



vegetarisch



vegan

R = Rindfleisch S = Schweinefleisch G = Geflügelfleisch L = Lammfleisch F = Fisch



Rezept zum nachkochen

Öffnungszeiten Mensa: MO-FR 11:30 - 13:45 Uhr

Öffnungszeiten Cafeteria: MO-FR 7:00 - 15:00 Uhr



Unser Konzept basiert hinsichtlich Lebensmittelauswahl und Zubereitungsqualität auf den Ernährungsempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung.

Die enthaltenen Allergene und Zusatzstoffe können Sie bei unserem Küchenteam erfragen oder dem Speisplan entnehmen.

Alle unsere Speisen können Spuren von Sellerie enthalten.

Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

Verkauf aller Speisen im Namen und auf Rechnung des Niedersächsischen Studieninstitut Hannover



Essenszeit App



ESSENSZEIT

für gesundes Leben