

Speiseplan vom 15.06.26 bis 19.06.2026



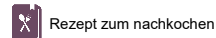
essenszeit_nsi



Niedersächsisches Studieninstitut

| | MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|---------------------------|--|---|--|--|--|
| Brötchen der Woche | Schnittbrötchen mit Butter, pikantem Chili-Käse, Salatblatt und Paprikastreifen 2,00 € A1,G VEGGI | | | | |
| Tagesgericht I | Frische Pasta mit Hähnchenragout, gebratener Zucchini, Pecorino und Rucola 6,60 € A1,C,G,I G Externe Gäste 10,90 € | Feine Kartoffelcreme mit gebratenem Gemüse, zwei Rindsfrikadellen und Rosmarin-Zitronenöl 6,60 € A1,G,I,J R Externe Gäste 10,90 € | Spätzlepfanne mit Spitzkohl, Kohlrabi, bunten Möhren, Bechamel, Kräutern und Röstzwiebeln 6,10 € A1,A5,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 € | Putenschaschlik mit pikanter Tomatensauce, zartem Naturreis und Paprikagemüse 6,60 € I G Externe Gäste 10,90 € | Orientalisches Fischragout mit Gewürz-CousCous, Ofenmöhren und Koriander 6,60 € A1,D,I,F,K F Externe Gäste 10,90 € |
| Tagesgericht II | Low Carb Protein Teller Sanft gegartes Gemüse mit Linsen, Kidneybohnen, Kräuterquark und nativem Öl 6,10 € G,I VEGGI Externe Gäste 10,10 € | Griechischer Bauernsalat mit krossem Baguette und lauwarmem Fetakäse 6,10 € A1,G VEGGI Externe Gäste 10,10 € | Kichererbsen-Linsenragout mit geröstetem Brokkoli, Limetten-Jasminreis und Shisokresse 6,10 € F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 € | Spanische Ofen-Tortilla mit leichter Joghurt-Aioli, bunten Blattsalaten und konfierten Tomaten 6,10 € A1,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 € | Mixed Bowl Verschiedene Salate, zarter Bulgur, Falafeltaler, Dip und Rohkost 6,10 € A1,F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 € |
| Dessert | Stracciatellacreme mit Erdbeersauce 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 € | Saisonaler Obstsalatbecher 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 € | Schwarzwälder Kirschbecher 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 € | Apfel-Blech Kuchen 1,35 € A1,A5,C,G,H1 VEGGI Externe Gäste 2,20 € | Stachelbeerkompott mit Vanillecreme 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 € |

vegetarisch vegan **R** = Rindfleisch **S** = Schweinefleisch **G** = Geflügelfleisch **L** = Lammfleisch **F** = Fisch



* Abwandlung der Sauce Hollandaise mit Zeste von Blutorange

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 Speiseplan 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