

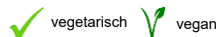
Speiseplan vom 10.08.26 bis 14.08.2026



essenszeit_nsi



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Brötchen der Woche	Schnittbrötchen mit Butter, gekochtem Bio-Ei, Remouladensauce und Gewürzgurke 2,00 € A1,C,G VEGGI				
Tagesgericht I	Geschwenkte Gnocchi mit Salbeisoße, Ofentomaten, Gemüsetopping, Speck und angemachtem Rucola 2,3,4 6,60 € A1,G,I S Externe Gäste 10,90 €	Unser Hühnerfrikassee mit frischem Marktgemüse zartem Butterreis und allerlei Kräutern G,I 6,60 € G I Externe Gäste 10,90 €	Geschmortes Rindsgulasch mit Bio-Salzkartoffeln, kleinem Beilagensalat und Petersilienjoghurt G,I,J 6,60 € G,I,J R Externe Gäste 10,90 €	"Brokkoli-Nusspfanne" Geröstete Kartoffeln mit Brokkoli, Nüssen, Tomaten, Zwiebeln und Chutney 6,10 € A5,H2 VEGAN Externe Gäste 10,10 €	Frische Rossini Pasta mit cremiger Zitronensauce, geratener Zucchini und einem Fischfilet 6,60 € A1,C,D,G,I F Externe Gäste 10,90 €
Tagesgericht II	Große Ofenkartoffel mit üppigem Salatbouquet, Kräuterquark, natives Leinöl und gebratene Champignons 6,10 € G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €	"Chili sin carne" Pikantes Chili mit Mais, Süßkartoffeln, Kidneybohnen und ChimiChurri 6,10 € A1,I VEGAN Externe Gäste 10,10 €	"Spanakopita" Spinat-Lauchstrudel mit Frischkäse und Oregano. Dazu ein Tomatensalat 6,10 € A1,C,G VEGGI Externe Gäste 10,10 €	Pikantes Rübchencurry mit Sesamreis, Paprika, roten Linsen, Kresse und auf Wunsch mit Koriander 6,10 € F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 €	"Wassermelonen & Feta" Melonen-Fetasalat mit Gurke, Minze, jungem Spinat und Fladenbrot 6,10 € A1,K,G VEGGI Externe Gäste 10,10 €
Dessert	Saisonaler Obstsalat 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 €	Rote Grütze mit Vanillesauce 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Ofenfrischer Nusskuchen 1,35 € A1,A5,C,G,H1,H2,H3 VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Tonkabohnencreme mit Fruchtkompott 1,35 € G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Gebratene Ananas mit Limettendressing 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