

Speiseplan vom 14.09.26 bis 18.09.2026

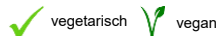


essenszeit_nsi



Niedersächsisches Studieninstitut

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Brötchen der Woche	Schnittbrötchen mit Butter, Salatblatt, Sylter Käse und Gurkenscheibe 2,00 € A1,G VEGGI				
Tagesgericht I	Saftige Frikadelle mit gedämpftem Kohlrabi, Süßkartoffelstampf und feiner Rahmsauce 6,60 € A1,G,I,J S, R Externe Gäste 10,90 €	Tandoori Hähnchenbrust mit Reis-Bulgurmix, Kichererbsen-Linsenragout und Ofenrübchen 6,60 € A1,F,K,I G Externe Gäste 10,90 €	Schnitzel vom Schwein mit Rahmsauerkraut, Salzkartoffeln und aromatischen Kräutern 6,60 € A1,C,G,I,J S Externe Gäste 10,90 €	Frische Fusilli Pasta mit würziger Pilzbolognese, gerösteter Paprika und Basilikumpesto ✓ 6,10 € A1,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €	Zartes Fischfilet mit kleinen Röstkartoffeln, feiner Senfsauce und knackigem Gurkensalat 6,60 € A1,D,G,I,J F Externe Gäste 10,90 €
Tagesgericht II	Unsere Kürbiscremesuppe mit Gemüsetopping, Kräutern, krossem Baguette und steirisches Kürbiskernöl ✓ 6,10 € A1,A5,F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 €	Dreierlei Blumenkohl mit Sauce Hollandaise, hiesigen Bio-Kartoffeln und Schnittlauch ✓ 6,10 € C,G VEGGI Externe Gäste 10,10 €	Spinat-Fetaquiche mit kleinem Tomatensalat, cremigem Olivendip und Rucolatopping ✓ 6,10 € A1,A5,C,G,I,J VEGGI Externe Gäste 10,10 €	Zucchini-Kürbiscurry mit Limettenreis, knackigen Sprossen und Koriander ✓ 6,10 € F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 €	Happy Friday Bowl mit heißen Linsenbällchen, verschiedenen Salaten und fruchtig-scharfem Dip ✓ 6,10 € F,K,I VEGAN Externe Gäste 10,10 €
Dessert	Ananasbecher mit Kokoschips ✓ 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 €	Zwetschkuchen mit Sahnetupfer 1,35 € A5,C,G,H1 VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Pochierter Pfirsich mit Holunderbeerensauce ✓ 1,35 € VEGAN Externe Gäste 2,20 €	Weiße Mousse au chocolat 1,35 € C,G VEGGI Externe Gäste 2,20 €	Kokos-Bananenpudding mit Kirschkompott ✓ 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