



HERMANN'S MENSA

Insel Hermannswerder

ÖFFNUNGSZEITEN Mo. - Fr. 07:30 - 16:00 | LUNCH 11:00 - 14:00 UHR | WWW.HERMANN'S-MENSA.DE

KW23	SCHÜLER/ STUDENTEN 5.8€	SCHÜLER ERWACHSENE 5.8€ 7.5€	SUPPE 4.2€	VEGI VEGAN 7.8€	FLEISCH FISCH 8.5€
MONTAG 01.06.2026	GRIEBBREI MIT APFELKOPFOT	PASTA TOMATENSAUCE	KLASSISCHER ERBSENEINTOPF MIT VOLLKORNBROT	SÜßKARTOFFEL-CHILLI MIT VEGANER SOUR CREAM	BOEUF BOURGUIGNON MIT PERLZWIEBELN, MÖHREN UND KARTOFFELSTAMPF
	B, 8	AA, G	AA, G	D, G, L	D, E, G, 1, 6
DIENSTAG 02.06.2026	VEGETARISCHES WOK GEMÜSE MIT QUORN IN SUKIYAKI-SAUCE UND DUFTREIS	PASTA PESTO	SPARGELCREMESUPPE MIT KRÄUTER-CROUTONS	SPINAT- TORTELLINI-AUFLAUF MIT MOZZARELLA ÜBERBACKEN	HÄHNCHEN GYROS, ZAZIKI ,GURKE , TOMATE, KRAUTSALAT UND REIS
	AA, B, C, D, H, G, K	AA, B, G, 8	AA, D, L	AA, B, D, G, 8	D, G, H, L
MITTWOCH 03.06.2026	GEFLÜGEL FRIKADELLE MIT BRATENSAUCE, KAISERGEMÜSE UND KARTOFFELSTAMPF	PASTA RAHM- CHAMPIGNON- SAUCE	SOLJANKA	ORIENTALISCHE KICHERERBSEN REIS PFANNE MIT MINZ-JOGHURT	SCHWEINE-SCHNITZEL MIT SAUCE BERNAISE, KAISERGEMÜSE UND SALZKARTOFFELN
	AA, D, G, H	AA, B, G, 8, D	AA, G, L, 3, 8	D, G, K	AA, B, C, G, 1, 3, 8
DONNERSTAG 04.06.2026	SPÄTZLE-PFANNE MIT MARKTFRISCHEM GEMÜSE UND TOMATENSAUCE	PASTA BOLOGNESE	TOM KHA PAK SUPPE	GEBACKENER BLUMENKOHL MIT VEGANER AIOLI UND LAUWARMEN BULGURSALAT	KLASSISCHE LASAGNE MIT HACK DAZU KRÄUTERSCHMAND UND BLATTSALAT
	AA, C, D, G	AA, B, G, 8	D, G, K	A, D, G, L	AA, B, D, G
FREITAG 05.06.2026	POCHIERTES PANGASIUSFILET AN DILL- RAHMSAUCE, ERBESN-MAISGEMÜSE UND DAMPFKARTOFFELN	PASTA SPINAT- KÄSE- SAHNE	GEMÜSECREMÉ	GEMÜSE- RAGOUT AUF GNOCCHI MIT KRÄUTERJOGHURT	POLLE FINO MIT TOMATISIERTEM OFENGEMÜSE UND KARTOFFELSTAMPF
	D, G, J, L	AA, B, G, 8	D, G	D, G	G, H, 3
	<p>A - GLUTEN - (A WEIZEN - B ROGGEN - C GERSTE - D HAFER - E DINKEL - F KAMUT) B - MILCHPRODUKTE C - EIERPRODUKTE D - SOJA E - ERDNÜSSE - F - SCHALENFRÜCHTE - (A MANDELN - B HASELNÜSSE - C WALNÜSSE - D CASHEW - E PECANNÜSSE - F PARANUSS - G PISTAZIEN - H MACADAMIA - I QUEENSLANDNÜSSE) G - SELLERIEPRODUKT H - SENF I - KREBSTIERE J - FISCHPRODUKTE K - SESAM L - SULFITE M - LUPINE N - WEICHTIERE</p> <p>1 - KONSERVIERUNGSMITTEL 3 - PHOSPHAT 4 - GESCHMACKSVERSTÄRKER 5 - NITRITPÖKELSALZ 6 - ANTIKORROSIONSMITTEL 7 - SÜßUNGSMITTEL 8 - MILCHEIWEISS 9 - KOFFEIN 10 - CHININHALTIG 11 - PHENYLALANIN 12 - GESCHWEFELT 13 - GESCHWÄRZT 14 - GEWÄCHST</p>				