

Kleine Pausen bringen einen beträchtlichen Erholungseffekt. Kraft tanken! Die Cafeterien des Studentenwerks bieten ein reichhaltiges Angebot an kleinen Snacks, Kuchen, Milchprodukten, Süßwaren, Obst, Kalt- und Heißgetränken sowie Kaffeespezialitäten.



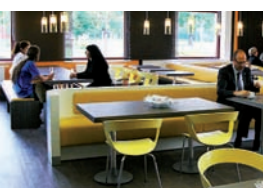
Cafeteria Am Neuen Palais
Am Neuen Palais 10, Haus 8
14469 Potsdam
Tel.: 0331/977-1275, -1277



Cafeteria Pappelallee
Kiepenheuerallee 5
14469 Potsdam
Tel.: 0331/580-2702



Cafeteria »filmriss«
Marlene-Dietrich-Allee 11
14482 Potsdam
Tel.: 0331/977-3748



Cafeteria Brandenburg
Magdeburger Str. 50
14770 Brandenburg an der Havel
Tel.: 03381/355-159



Cafeteria Wildau
Bahnhofstr. 1
15745 Wildau
Tel.: 03375/508-480



Kaffeebar »Die Bohne«
Foyer Hörgebäude Griebnitzsee
August-Bebel-Str. 89, 14482 Potsdam
Tel.: 0331/977-3749, -3748



› Lageplan: Wildau



› Lageplan: Brandenburg

Legende

- M** Mensa
- C** Cafeteria
- I** Imbisswagen
- T** Take & Go
- W** Studentenwohnanlage
- TM** Tagesmutter (Tagespflegeperson)
- K** Kindertagesstätte »kleinstein«
- S** Universitäts- und Hochschul-Standort

Wir haben immer ein offenes Ohr und sind an Ihrer Meinung interessiert. Über Lob und Anregungen freuen wir uns. Natürlich reagieren wir auch auf kritische Hinweise.



Plakat: Karoline Mally
12. Plakatwettbewerb, DSU

Studentenwerk Potsdam
Anstalt des öffentlichen Rechts
Babelsberger Str. 2
14473 Potsdam
(Eingang Lange Brücke)

Ihre Ansprechpartnerinnen
Abteilung Mensen und Cafeterien
Leiterin: Corinna Hagemeister
Tel.: 0331/3706-401
verpflegung@studentenwerk-potsdam.de

Öffentlichkeitsarbeit
Leiterin: Gudrun Wewetzer
Tel.: 0331/3706-250
wewetzer@studentenwerk-potsdam.de

Weitere Informationen zum Studentenwerk Potsdam

Das Studentenwerk Potsdam ist ein modernes und regional orientiertes Dienstleistungsunternehmen, das sich um die Belange der Studierenden außerhalb des eigentlichen Studiums kümmert. Zu seinem sozialen Auftrag gehören neben der Bereitstellung von gesundem und preiswertem Essen auch die Durchführung des Bundesausbildungsförderungsgesetzes (BAföG), die Vermietung von kostengünstigen Zimmern in Studentenwohnanlagen, die Kinderbetreuung sowie die gesundheitliche, soziale und kulturelle Betreuung und Beratung der Studierenden. Studentenwerke sind für ihre Aufgaben spezialisiert. Die Partnerschaft zwischen Hochschulen und Studentenwerken hat sich als Modell der Arbeitsteilung im Hochschulsystem bewährt. Die Studentenwerke sind überregional im Deutschen Studentenwerk (DSW) zusammengeschlossen.

Weitere Informationen: www.studentenwerk-potsdam.de

Herausgeber: Studentenwerk Potsdam
Text: Gudrun Wewetzer · Fotos: Martin Wolf; pixelio
Gestaltung: kontur werbeagentur GmbH, Berlin
Kartografie: terrapress GmbH, Berlin
Auflage: 1.000 Exemplare · Stand: Februar 2011



Studentenwerk Potsdam
Anstalt des öffentlichen Rechts

Mittagessen
in allen Mensen:
11.00-14.00 Uhr

Mensen & Cafeterien

Infos
Preise
Zubereitung
Standorte
Speisepflan
Angebote

Gut essen und Leute treffen

Gesunde Ernährung, guter Geschmack und Vielfalt wird in den Mensen und Cafeterien des Studentenwerks Potsdam groß geschrieben. Wir bieten hohe Qualität zum kleinen Preis und das alles hygienisch einwandfrei. Unsere Einrichtungen der Hochschulgastronomie arbeiten, um diesem Anspruch gerecht zu werden, nach den Richtlinien des Deutschen Instituts für Gemeinschaftsverpflegung und sind durch dieses zertifiziert. Das bedeutet auch: nachhaltige Wirtschaftsführung, Aus- und Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sowie im Ergebnis eine hohe Gastzufriedenheit. Wir kochen täglich frisch vor Ort und setzen nach Möglichkeit regionale Produkte ein. Die Mensaeissen für Studierende werden anteilig vom Land Brandenburg bezuschusst.

Nicht nur das gute Essen oder die Kaffeespezialitäten sind ein Grund in die Mensa oder Cafeteria zu gehen, diese Einrichtungen gehören einfach zum Hochschulleben dazu. Sie sind sozialer Treffpunkt der Studierenden und anderen Hochschulangehörigen. Auch kleine Gäste sind willkommen. Mit Kinderstühlen und, wo es räumlich möglich ist, mit Spielecken sind wir auf ihren Besuch vorbereitet.

*Lassen Sie es sich schmecken, wir wünschen guten Appetit!
Ihre Teams aus den Mensen und Cafeterien*

Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE

1. Vielseitig essen
2. Reichlich Getreideprodukte und Kartoffeln
3. Gemüse und Obst – Nimm »5 am Tag« ...
4. Täglich Milch und Milchprodukte; ein- bis zweimal in der Woche Fisch; Fleisch, Wurstwaren sowie Eier in Maßen
5. Wenig Fett und fettreiche Lebensmittel
6. Zucker und Salz in Maßen
7. Reichlich Flüssigkeit
8. Schmackhaft und schonend zubereiten
9. Nehmen Sie sich Zeit, genießen Sie Ihr Essen.
10. Achten Sie auf Ihr Gewicht und bleiben Sie in Bewegung.

Deutsche Gesellschaft für Ernährung
www.dge.de



Angebot

Täglich bieten wir in unseren Mensen vier bis fünf Gerichte an. Sie haben die freie Auswahl bei den Beilagen. Ein Dessert oder Obst Ihrer Wahl gehört immer dazu. Die warme Hauptmahlzeit wird durch Suppen, heiße und kalte Snacks sowie eine große Auswahl an Salaten ergänzt.

Auch Vegetarier können sich in den Mensen abwechslungsreich ernähren.

Sehr beliebt sind die *Mensa-Aktionswochen*, in deren Mittelpunkt Gerichte, Dekorationen und Informationen zu einem bestimmten Thema oder Land stehen. Zum Beispiel *Liebe geht durch den Magen* oder *Fit durch den Frühling*.



Speiseplan

Der zentrale Speiseplan wird monatlich im Infoblatt des Studentenwerks Potsdam *Mensabegleiter* für alle sieben Mensen veröffentlicht. Aus den unterschiedlichsten Gründen kann es in den einzelnen Mensen bei Speisekomponenten, Zusatzstoffen, Zutaten oder Gewürzen zu Abweichungen kommen.

Um Ihre Verbrauchersicherheit zu stärken, werden die Angaben tagaktuell im Internet direkt für die jeweilige Mensa angezeigt: www.studentenwerk-potsdam.de

Symbole

- = ovo-lacto-vegetabil
- = mit Rindfleisch
- = mit Schweinefleisch
- = mit Geflügelfleisch
- = mit Fisch
- = vegan

Zusatzstoffe

Zusatzstoffe, die bei der Speisenzubereitung verwendet werden, sind kennzeichnungspflichtig. Wir informieren Sie in unseren Einrichtungen über Listen und Aufsteller, im Netz sowie im monatlichen Speiseplan. Die Zahlen stehen für bestimmte Zusatzstoffklassen bei Lebensmitteln, die bei der Speisenproduktion eingesetzt werden.

- 1 = Farbstoffe
- 2 = Konservierungsstoffe
- 3 = Antioxidationsmittel
- 4 = Geschmacksverstärker
- 5 = Phosphat
- 6 = gewachst bzw. mit Thiabendazol
- 7 = geschwefelt
- 8 = geschwärzt
- 9 = Süßungsmittel
- 10 = Phenylalaninquelle
- 11 = Alkohol

Über weitere Inhaltsstoffe geben unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Mensen gern Auskunft. Wir bevorzugen den Einkauf von nicht gentechnisch veränderten Lebensmitteln.

Bio- und Fairtradeprodukte

Die Mensen des Studentenwerks Potsdam besitzen seit März 2005 das Bio-Zertifikat (Zertifizierungsnummer: DE-BB-070-5164 B). Für alle Mensaeessen werden verschiedene Bio-Produkte als Speisekomponenten zubereitet und auch in Theken zum Verkauf angeboten. Sie sind im Speiseplan und an den Ausgabetheken in den Mensen mit einem (B) gekennzeichnet.

In allen Mensen und Cafeterien des Studentenwerks Potsdam wird fair gehandelter Kaffee angeboten.



Öffnungszeiten

Die Öffnungszeiten unserer Mensen und Cafeterien sind dem Rhythmus von vorlesungs- und vorlesungsfreier Zeit der Hochschulen angepasst. Zum Beispiel entfällt in der vorlesungsfreien Zeit die Abendversorgung.

Alle Mensen sind ganzjährig von Montag bis Freitag über die Mittagszeit von 11.00 – 14.00 Uhr geöffnet, die Mensen Griebnitzsee und Pappelallee in der Vorlesungszeit auch am Sonnabend.

Die Öffnungszeiten Ihrer Mensa vor Ort finden Sie immer aktuell im Internet: www.studentenwerk-potsdam.de



Preise

Bei Vorlage Ihres Studentenausweises erhalten Sie Ihr Mittagessen zum günstigen Studierendenpreis!

	Studierende	Bedienstete	Gäste
Angebot I	1,20 €	2,60 €	3,00 €
Angebot II	2,00 €	3,35 €	4,00 €
Angebot III	2,50 €	3,85 €	4,60 €
Alternativangebot	2,30 €	3,65 €	4,60 €
Salatteller	1,50 €	2,35 €	3,00 €
Suppen	0,50 €	0,50 €	0,50 €
Kompott/Dessert	0,25 €	0,25 €	0,25 €

Bezahlungsmöglichkeiten

In allen Mensen kann an den Kassen mit Bargeld bezahlt werden.

In den Potsdamer Mensen Am Neuen Palais, Golm und Griebnitzsee besteht außerdem die Möglichkeit, mit der *Chipkarte der Universität Potsdam* zu bezahlen.

Die Mensa in Wildau bietet diesen zeitsparenden Service für die Studierenden der THW ebenfalls an.

Die Karten sind vor Ort aufladbar.



Mensa Am Neuen Palais

Am Neuen Palais 10, Haus 12, 14469 Potsdam
Tel.: 0331/977-1391, -1292 · Fax: 0331/977-1491

Mensaleiter: Frank Ehrlich
E-Mail: ehrllich@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Golm

Karl-Liebkecht-Str. 24/25, 14476 Potsdam OT Golm
Tel.: 0331/977-2350 · Fax: 0331/977-2345

Mensaleiter: Ingo Habermann
E-Mail: habermann@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Griebnitzsee

August-Bebel-Str. 89, 14482 Potsdam
Tel.: 0331/977-3749, -3748 · Fax: 0331/977-3273

Mensaleiterin: Elke Kähler
E-Mail: kaehler@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Friedrich-Ebert-Straße

Friedrich-Ebert-Str. 4, 14467 Potsdam
Tel.: 0331/580-2700, -2701 · Fax: 0331/580-2700

Mensaleiter: Gerd Freitag
E-Mail: freitag@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Pappelallee

Kiepenheuerallee 5, 14469 Potsdam
Tel.: 0331/580-2702 · Fax: 0331/580-2709

Mensaleiter: Thomas Wiegner
E-Mail: wiegner@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Brandenburg

Magdeburger Str. 50, 14770 Brandenburg an der Havel
Tel.: 03381/355-159 · Fax: 03381/355-156

Mensaleiter: Norbert Fröhnel
E-Mail: froehnel@studentenwerk-potsdam.de

Mensa Wildau

Bahnhofstr. 1, 15745 Wildau
Tel.: 03375/508-480 · Fax: 03075/508-490

Mensaleiter: Thomas Schreiner
E-Mail: schreiner@studentenwerk-potsdam.de

