

CampusLife

Das Magazin rund ums Studium in Karlsruhe und Pforzheim

Ausgabe 9 * November 2011 *

Wollen Sie wirklich mehr Zeit? Und wenn ja, wozu?

Keine Zeit!?



Deutsches Studentenwerk fordert zusätzliche Wohnheimplätze

Karlsruher Kultur im Online-Fieber

stu
den
ten
werk

KARLSRUHE

Anzeige



24 Bahnen

LAGO-Bowling ist Freizeitspaß pur!

Entdecken Sie den Freizeit-Treff in Karlsruhe, bei dem einfach alles drin ist.

- Bowling
- Billard
- Bar
- Brasserie
- Bistro
- Biergarten

Donnerstag
=
Studententag
=
2 €
pro Spiel*

* und Student. Angebot gilt nur gegen Vorlage eines gültigen Studentenausweises. Gilt nicht vor Feiertagen. Exkl. Leihschuhgebühr.

Öffnungszeiten:

Mo., Mi., Do. 15 – 1 Uhr,
Di. 11 – 1 Uhr
Fr. 15 – 3 Uhr, Sa. 11 – 3 Uhr,
So. 10 – 1 Uhr
Feiertags ab 10 Uhr
vor Feiertag bis 3 Uhr

Lago Bowling-Center

Gablonzer Straße 13
Karlsruhe
Telefon (07 21) 5 70 42-30
www.lago-bowling.de



www.lago-bowling.de

Tandem

Tandem bringt Studierende zusammen, die sich gegenseitig in ihrer Muttersprache unterrichten wollen. Die Anzeigen finden Sie auch online unter tandem.studentenwerk-karlsruhe.de. Dort können Sie auch eine Anzeige aufgeben.



Suche Gebärdensprache

Biete Motivation Gebärdensprache zu lernen

E-Mail franziska.luckhardt@googlemail.com

Telefon +2347037486124

Suche Deutsch / Englisch

Biete Spanisch

E-Mail peirano.andres@gmail.com

Telefon 0175/7585508

Suche Deutsch

Biete Englisch

E-Mail sawaisasif@hotmail.com

Telefon 0157/84343013

Suche Französisch

Biete Deutsch

E-Mail ucyip@student.kit.edu

Telefon 0721/9110309

Suche Deutsch

Biete Chinesisch

E-Mail lianghao890321@163.com

Telefon 0176/78774713

Suche Deutsch

Biete Koreanisch

E-Mail yu.mira@ymail.com

Telefon 0177/3762590

Suche Deutsch

Biete Chinesisch

E-Mail volvoxc77@gmail.com

Telefon 0721/62580916

Suche Spanisch

Biete Deutsch

E-Mail martin-miller@web.de

Telefon 0157/77951016

Suche Chinesisch

Biete Deutsch

E-Mail martin-miller@web.de

Telefon 0151/54000657

Suche Deutsch

Biete Chinesisch

E-Mail xiaoyifz@hotmail.com

Telefon 0176/70934422

Suche Deutsch / Englisch

Biete Chinesisch

E-Mail alwing.wei@googlemail.com

Telefon 0176/56424069

Suche Französisch

Biete Deutsch

E-Mail robin.kollhoff@gmx.net

Telefon 0152/25647641

Suche Deutsch

Biete Englisch

E-Mail marcus.lyon@doane.edu

Telefon 0178/1334378

Suche Deutsch

Biete Russisch

E-Mail julia.reyzenkind@web.de

Telefon 0157/85427593

Suche Deutsch

Biete Katalanisch / Spanisch / Englisch

E-Mail laiaguasch204@hotmail.com

Telefon 0174/4996944

Suche Deutsch / Englisch

Biete Englisch

E-Mail misephi@yahoo.com

Telefon –

Suche Deutsch

Biete Persisch / Farsi

E-Mail iloush_safari@yahoo.com

Telefon 0157/78129669

Suche Deutsch / Englisch

Biete Chinesisch

E-Mail katharina1993130@hotmail.com

Telefon 0152/36916106

Suche Deutsch

Biete Portugiesisch

E-Mail marcoaclima@gmail.com

Telefon 0157/78129669

Liebe Leserinnen und Leser,

„Es ist nicht zu wenig Zeit, die wir haben, sondern es ist zu viel Zeit, die wir nicht nutzen.“ *Lucius Annaeus Seneca*

Der eine oder andere von Ihnen wird das Zitat von Seneca kennen und auch die regalbreiten Abhandlungen über sinnvolles Zeitmanagement, die man in den Buchhandlungen heutzutage finden kann. In Zeiten von „Multitasking“, „Just-in-time“, „On-Demand“ und auf der Suche nach dem „Flow“ wäre Seneca bei der Suche nach nutzbarer Zeit wahrscheinlich verzweifelt. Wie auch immer, eines ist sicher: Zeit ist extrem wertvoll, wahrscheinlich die wertvollste Ressource, die wir haben.

Darum ergibt es auf jeden Fall Sinn, sich zurückzulehnen, die Augen zu schließen und sich die Frage in aller Ruhe zu stellen: „Will ich wirklich mehr Zeit? Und wenn ja, wozu? Die Ergebnisse können erstaunlich sein; mir jedenfalls hat der Artikel unserer Psychotherapeutischen Beratungsstelle den Weg bereitet für die eine oder andere Frage, die man sich mal ernsthaft stellen sollte, wenn die Zeit mal wieder nicht zu reichen scheint (Seite 4).

Der Oktober war für das Studentenwerk ein sehr erfreulicher Monat, konnten wir doch den Spatenstich zum Bau unseres neuen Wohnheims in der Tennesseeallee 14 feiern. Ab dem Wintersemester 2012/13 können wir 212 neue Wohnheimplätze anbieten, wenn die Auswirkungen des doppelten Abiturjahrgangs spürbar werden. Aber das kann die Wohnungssituation in Karlsruhe und Pforzheim nur entschärfen. Es fehlen weiterhin reichlich Wohnheimplätze in allen Studienstädten, wie das Deutsche Studentenwerk feststellt (Seite 14).



Wenn Ihnen – wider Erwarten – doch plötzlich Zeit übrig bleibt, die Sie „sinnvoll“ nutzen wollen, erhalten Ihre Sinne ab November 2011 auf der neuen Kultur-Website und Kultur-App unter www.kultur-in-karlsruhe.de reichlich kulturelle Nahrung (Seite 13). 135 Kultureinrichtungen der Stadt Karlsruhe können sich dort mit ihren Veranstaltungen und Aktionen präsentieren und vertreiben Ihnen die Zeit auf eine angenehme Weise.

Ich hoffe, dass Ihnen der Start ins neue Semester ohne Probleme gelungen ist, und wünsche Ihnen ausreichend Zeit für eine angenehme Lektüre.

Ihr Michael Postert
Geschäftsführer des Studentenwerks Karlsruhe

2

Tandem

Sprachkontakte für Studierende

4 - 5

2.207.520.000 s.

Zeit ist alles!

7 - 13

Mensapläne

Am Adenauerring,
Moltke, Erzberger,
Am Schloss, Tiefen-
bronner, Holzgarten

13

Karlsruher Kultur online

Kultur-App und Website starten

14

„Es ist eng!“

DSW fordert mehr Wohnheimplätze

15

PeerNet am KIT

Workshop interkulturelle Kommunikation

15

STUDIFROSCH

Rache?

16

Kontakt / Impressum

2.207.520.000 Sekunden

2.207.520.000 Sekunden – „Dies also, Herr Fusi, ist das Vermögen, welches Ihnen zur Verfügung steht.“

Mit diesen Worten beginnt der Agent Nr. XYQ/384/b der Zeit-Spar-Kasse in dem Roman „Momo“ von Michael Ende (Ende, 2010, S. 65) sein Verkaufsgespräch. In der Welt von Momo versuchen die grauen Herren, die Menschen davon zu überzeugen, ihre Zeit nicht zu „vergeuden“, sondern lieber zu sparen. Der Zinsplan klingt verlockend. Sie können es sich schon denken, der Frisör Herr Fusi geht auf den Deal ein - zur Auszahlung seines Guthabens wird es aber nie kommen.

Frau Slomka musste letztens in einer Moderation zu den Studienbedingungen in Bayern im heute-journal kopfschüttelnd feststellen: „Wir leben immer länger und haben gleichzeitig immer weniger Zeit“. Und sie hat Recht, noch nie hatten wir so viel Zeit zur Verfügung. Und trotzdem ist die Zeit im öffentlichen Bewusstsein zu einer knappen Ressource geworden, mit der man effizient wirtschaften muss. „Dabei haben die Menschen nicht zu wenig Zeit, sie haben zu viel zu tun“, wie es Zeitforscher und Wirtschaftspädagoge Karlheinz Geißler von der Bundeswehr-Universität München ausdrückt (Peter, 2008).



„Muss nur noch kurz die Welt retten ...

Noch 148 Mails checken ... „

So wie Herr Bendzko empfinden viele, auch wenn die Reaktionen darauf unterschiedlich ausfallen. So sind Steigerungen bei der Taktfrequenz zu verzeichnen, Ansätze wie der Mehrprozessbetrieb werden populärer und Optimierungen für den Taskmanager sind ein Kassenschlager. Interessanterweise führen alle diese Maßnahmen aber nicht zwangsläufig zu einer höheren Benutzerzufriedenheit, im Gegenteil: Systeme werden instabiler und Programmabstürze häufen sich – neue Hardware wird erforderlich. Spätestens hier müssen wir dieses Bild verlassen ... unsere Rechenleistung ist begrenzt. Eine schmerzhaft Einsicht, vielleicht aber

ein Geschenk, sich auf das Wesentliche beschränken zu dürfen. Wir werden sehen ...

Steigerung der Taktfrequenz?

Dass sich unser Leben immer mehr beschleunigt, zeigt auf eine interessante Weise die Studie von Richard Wiseman (2007) zu Gehgeschwindigkeiten in Großstädten. Benötigte ein Großstädter 1994 im Durchschnitt noch 13,76 Sekunden für eine Strecke von 20 Metern, so sind es heute nur noch 12,49 Sekunden – eine Steigerung der Geschwindigkeit um fast zehn Prozent. Vor allem Ostasien gibt Gas, so hat Singapur um 30 Prozent zugelegt. Wer Stress und Hektik meiden will, sollte dagegen in den Nahen Osten oder nach Afrika reisen: Während Bürger von Singapur 20 Meter in 10,55 Sekunden durchziehen, benötigen die Einwohner von Manama, der Hauptstadt Bahraïns, dafür 17,69 und in Blantyre, dem Wirtschaftszentrum von Malawi, sogar ganze 31,60 Sekunden.

Tempo ist ein Kennzeichen der Moderne. Beschleunigung galt lange Zeit als Zeichen von Fortschritt, und Schnelligkeit wird auch heute noch positiver bewertet als Langsamkeit, weiß Olaf Morgenroth von der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (2008). Er untersuchte die Gehgeschwindigkeiten in 20 deutschen Städten. Deutsche „Schnellgeher“ sind demnach die Bürger von Hannover, Dresden und Stuttgart. Gemütlicher geht es da in Karlsruhe zu (14,08 Sekunden).

Der amerikanische Sozialpsychologe Robert Levine (1999) konnte bei seinen Untersuchungen feststellen, dass in schnelleren Städten die Wahrscheinlichkeit für eine Herzattacke erheblich höher ist. In hektischeren Städten wird darüber hinaus mehr geraucht, die Menschen sprechen schneller, tragen häufiger Armbanduhren und sind meist weniger hilfsbereit.

Chance Mehrprozessbetrieb?

„Der Begriff Multitasking bzw. Mehrprozessbetrieb bezeichnet die Fähigkeit eines Betriebssystems, mehrere Aufgaben (Tasks) nebenläufig auszuführen. Dabei werden die verschiedenen Prozesse in so kurzen Abständen immer abwechselnd aktiviert, dass der Eindruck der Gleichzeitigkeit entsteht“ (Wikipedia).

Momentan können wir nur Prozesse, die hoch automatisiert und bei denen das Denken keine große Rolle spielt, parallel ausführen (z.B. Kaugummi kauen, gleichzeitig gehen und sprechen, aber auch das führt manchmal zur näheren Bekanntschaft mit einer Straßenlaterne) (Kirchner& Karpinski, 2010). D.h. wir müssen mit unseren begrenzten kognitiven Ressourcen jonglieren. Multitasking in Lernsituationen führt jedoch zu Ineffizienz: die Fehlerzahl steigt, die Dauer nimmt zu und die Lernleistung sinkt gegenüber einer seriellen Bearbeitung (Kirschner & Karpinski, 2010), wobei die betreffenden Personen ihre Leistung überschätzen und diese entsprechend befriedigend bewerten. Viel bekannter sind die Untersuchungen zu Fahrleistungen und Multitasking. Hier steigen die Reaktionszeiten und die Unfallzahlen, wenn gleichzeitig mit dem Handy telefoniert wird. Vergleichbar mit der Leistung von betrunkenen Fahrern, wenn auch diese einen deutlich aggressiveren Fahrstil zeigen (Strayer et al., 2006).

Die Computerwissenschaftlerin Gloria Mark hat in ihrer Untersuchung (2005) versucht, die Natur von fragmentierter Arbeit empirisch zu fassen. Die Ergebnisse können einen nachdenklich stimmen. Im Durchschnitt waren die Angestellten mit 11,7 Aufgaben gleichzeitig beschäftigt. Sie hatten ca. 11 Minuten 4 Sekunden Zeit, sich einer Aufgabe zu widmen, bevor eine externe oder interne Unterbrechung zum Wechsel der Tätigkeit führte. Im Schnitt dauerte es dann 25 Minuten und 26 Sekunden, bis sie sich wieder ihrer ursprünglichen Arbeit zuwendeten. Doch bevor das geschieht, werden noch weitere 2,26 Aufgaben erledigt. Nach soviel Ablenkungen dauert es natürlich bis man den Schreibtisch neu organisiert hat, sich wieder in die Gedankengänge hineingearbeitet hat, im Schnitt 8 Minuten – bleiben noch 3 Minuten effektiver Arbeit bis zur nächsten Unterbrechung. Überraschenderweise zeigen weitere kontrollierte Studien von Frau Marks (2008), dass unterbrochene Arbeit schneller ausgeführt wird. Das schnellere Arbeiten hat aber seinen Preis: so gaben die Probanden auch eine höhere Arbeitsbelastung, mehr Stress, höhere Frustration, Zeitdruck und mehr Anstrengung an.

588 Milliarden Dollar: So viel verliert die amerikanische Volkswirtschaft jedes Jahr durch die ständigen Unterbrechungen am Arbeitsplatz. So hat es jedenfalls die New Yorker Technologiefirma Basex errechnet (Rutenberg, 2006).

Die amerikanische Neurobiologin Amy Arnsten (2009) hat herausgefunden, dass in Stresssituationen das Stirnhirn seine Fähigkeit einbüßt, zwischen wichtigen und unwichtigen Informationen zu unterscheiden. Der präfrontale Cortex verliert den Überblick und schaltet sozusagen wegen Überlastung ab. Dem Forscherteam um Arnsten fiel auch auf, dass die gleichen neurochemischen Prozesse, die den präfrontalen Cortex lahm legen, die Amygdala anregen, was zur Folge hat, dass die Menschen emotionaler reagieren. Ängste werden ausgelöst, die wiederum Stress hervorrufen. Stefan Klein (2008, S. 212) folgert deshalb in seinem Buch „Zeit – Der Stoff aus dem das Leben ist“: „Wir sind nicht gestresst, weil wir keine Zeit haben. Sondern wir haben keine Zeit, weil wir gestresst sind“.

Optimierung des Taskmanagers?

Sucht man bei „amazon“ nach dem Begriff „Zeitmanagement“, bekommt man über 6000 Ergebnisse. Das Geschäft mit Kursen und Seminaren zu diesem Thema boomt. An jeder Ecke wird uns Hilfestellung angeboten unsere Zeit zu sparen. Es hat sich eine regelrechte „to go-Kultur“ gebildet: mit dem Kaffee fing alles an, werden unsere Enkel einmal feststellen.

Die bedeutungsvoll klingenden Zeitspartechniken wie: „Alpen-Methode“, „Eisenhower-Prinzip“, „Pareto-Prinzip“, „ABC-Analyse“, „Direkt-Prinzip“, usw., so sinnvoll sie im Einzelnen sein mögen, suggerieren uns, dass sich unsere Zeit tatsächlich managen lässt. Die Zeit vergeht aber unabhängig davon, wie wir diese Zeit gestalten. Sie lässt sich deshalb auch nicht „vertreiben“ oder „totschlagen“, man kann sie nicht „sparen“, und niemand kann sie uns „stehlen“.

Der Begriff Zeitmanagement ist somit sehr widersprüchlich. Es geht bei den Strategien vielmehr um Selbstmanagement: Techniken, die es einem ermöglichen, sein Leben auf das

Wesentliche auszurichten. Ein Tag hat 24 Stunden, Sie werden diese Konvention nicht umgehen können. Ziel ist es auch nicht, in 12 Arbeitsstunden zukünftig 15 Stunden hineinzquetschen. Die Frage sollte also nicht lauten: wie ver helfe ich mir zu mehr Zeit sondern:

Wollen Sie wirklich mehr Zeit?

Menschen, die ständig zu wenig Zeit haben, wirken wichtig und werden in unserer Gesellschaft entsprechend gewürdigt. Anderen Menschen bereitet die Aussicht Unbehagen, tatsächlich mehr Zeit für sich selbst zu haben. Wir sind es oft schon gar nicht mehr gewohnt, Zeit für uns selbst zu haben. Bevor Sie sich ernsthaft mit Zeitmanagement beschäftigen, sollten Sie die bewusste Entscheidung treffen, ob Sie wirklich mehr Zeit haben wollen.

Und wenn ja, wozu?

Mit der Möglichkeit, den Tagesablauf frei einteilen und planen zu können, fällt einem als Student ein Geschenk zu, von dem viele andere, die in feste Arbeitszeiten eingebunden sind, nur träumen können. Aber wie musste auch schon Adrian Monk feststellen: „Es ist eine Gabe und ein Fluch!“ Selbstverantwortlich mit seiner Zeit umzugehen ist eine Entwicklungsaufgabe, die für das erfolgreiche Abschließen des Studiums essentiell ist. Zeitmanagement bedeutet somit, aus den vielen Möglichkeiten, die das Leben bietet, eine für sich stimmige Auswahl zu treffen. Robert Musil schreibt in seinem Buch „Der Mann ohne Eigenschaften“ dazu: „Sie litten alle unter der Angst, keine Zeit für alles zu haben, und wussten nicht, dass Zeit haben nichts anderes heißt, als keine Zeit für alles zu haben.“

Was machen Sie mit Ihren 2.207.520.000 Sekunden?

Das Studentenwerk Karlsruhe bietet Ihnen zu dieser und anderen Fragen die professionelle Unterstützung der Psychotherapeutischen Beratungsstelle: Beratungsgespräche können helfen, Ihr Leben wertvoller und erlebnisreicher werden zu lassen.

PBS

(eine umfangreiche Literaturliste zu dem Thema senden wir Ihnen gerne zu. Sprechen Sie uns an unter pr@studentenwerk-karlsruhe.de)

Psychotherapeutische Beratungsstelle für Studierende
Studentenwerk Karlsruhe / Rudolfstr. 20 / 76131 Karlsruhe

Tel.: 0721 93 34 060

beratung@studentenwerk-karlsruhe.de

pbs.studentenwerk-karlsruhe.de

Anmeldung und Information:

Montags bis freitags jeweils 9.00–12.00 Uhr

PBS Pforzheim / Hagenschießstr. 1, D104 / 75175 Pforzheim

Tel. 07231 102132 / Fax 0721 9334065

pbs-pf@studentenwerk-karlsruhe.de

pbs.studentenwerk-karlsruhe.de

Anmeldung und Information:

Montag und Donnerstag 13.15–14 Uhr



Vom Studium zum Karrierestart

Das Hochschulteam der Agentur für Arbeit Karlsruhe

- Partner vor Ort
- Baden-Württemberg
- Karlsruhe
- Akademiker
- Veranstaltungsprogramm

Ihr Partner beim Berufseinstieg

Service für Studierende und Hochschulabsolventen:

- Stellensuche, Bewerbung und Vorstellung
- Bewerbungsmappen-Check
- Gehaltsrecherche
- Beratung in den Hochschulen
- Veranstaltungsprogramm mit Workshops zum Karrierestart

**Hochschulteam -
Agentur für Arbeit Karlsruhe**
Brauerstraße 10
76135 Karlsruhe

Tel.: 01801 555 111
(*Festnetzpreis 3,9 ct/min; Mobilfunkpreise höchstens 42
ct/min)
Fax: 0 721 823-2000

Karlsruhe.1-Akademiker@arbeitsagentur.de

Besuchen Sie die offene Sprechstunde des Hochschulteams
jeweils Donnerstag
10 - 14 Uhr während der Vorlesungszeit im Servicebüro des
Studentenwerks (Mensafoyer / KIT) !!!

Das neue

Semesterprogramm

Hochschulteam Karlsruhe

Wintersemester

2011 / 2012

liegt für Sie bereit.

bzw. Download der PDF-Datei:
www.arbeitsagentur.de



Bundesagentur für Arbeit

Öffnungszeiten

Cafeterien Karlsruhe

Cafeteria Bismarckstraße

Mo-Do 7.30–16 Uhr
Fr 7.30–14 Uhr

Cafeteria Engesserstraße

Mo-Do 8.30–16 Uhr
Fr 8.30–15 Uhr

Cafeteria Moltkestraße

Mo-Do 7.30–16 Uhr
Fr 7.30–14 Uhr

Cafebar Moltke

Mo-Do 11–15 Uhr

Cafeteria Am Adenauerring

Mo-Do 7.30–17 Uhr
Fr 7.30–16 Uhr

Cafeteria Schloss Gottesaue

Mo-Fr 10–15 Uhr

Cafeteria Erzbergerstraße 121

Mo-Do 7.45–15.30 Uhr
Fr 7.45–14 Uhr

chicco di caffè

Mo-Fr 9–15 Uhr

Mensen Karlsruhe

Mensa Am Adenauerring

Mo-Fr 11–14 Uhr
Mo-Do 16.00–19.30 (Abendmensa)

Buffet Update

Mo-Do 11–14.30 Uhr
Fr 11–14 Uhr

Mensa Moltke

Mo-Fr 11.20–14.15 Uhr

Mensa Erzbergerstraße 121

Mo-Fr 11.30–13.30 Uhr

Mensa Schloss Gottesaue

Mo-Fr 12–14 Uhr

Cafeterien Pforzheim

Cafeteria Tiefenbronner Straße

Mo-Do 7.30–17.15 Uhr
Fr 7.30–14.30

Cafeteria Holzgartenstraße

Mo-Do 9.00–16 Uhr
Fr 9.00–14.30 Uhr

Mensen Pforzheim

Mensa Tiefenbronner Straße

Mo-Fr 11–14 Uhr

Mensa Holzgartenstraße

Mo-Fr 11.30–13.30 Uhr



Baden-Württembergs Größte:
Die Mensa Am Adenauerring!



Baden-Württembergs Schönste:
Die Mensa Moltke!

Preise

	Studierende	Schüler	Bedienstete	Gäste
Hauptkomponenten: je nach Angebot	von 1,50 bis 2,55 €	von 1,80 bis 2,85 €	von 2,45 bis 3,50 €	von 3,70 bis 4,95 €
Vitaminbeilage: Gemüse und Salat je nach Angebot	von 0,65 bis 0,95 €	von 0,65 bis 0,95 €	von 0,65 bis 0,95 €	von 0,85 bis 1,15 €
Stärkebeilage: gekochte, fettgebackene oder Bratkartoffeln, Semmelknödel, Teigwaren, Reis, Spätzle	von 0,65 bis 0,80 €	von 0,65 bis 0,80 €	von 0,65 bis 0,80 €	von 0,85 bis 1,00 €
Dessert: je nach Angebot	von 0,50 bis 0,90 €	von 0,50 bis 0,90 €	von 0,50 bis 0,90 €	von 0,70 bis 1,10 €
Obst: je nach Angebot	von 0,45 bis 0,70 €	von 0,45 bis 0,70 €	von 0,45 bis 0,70 €	von 0,65 bis 0,90 €
Tagessuppe	0,40 €	0,40 €	0,40 €	0,60 €
Abendmensa, College Point - Mensa Am Adenauerring (100 g)	0,68 €	0,78 €	0,93 €	1,02 €
Der schnelle Teller: Mensa Am Adenauerring	2,40 €	2,70 €	2,90 €	3,55 €
Vorschlagsessen: Mensen Schloss Gottesaue u. Holzgartenstraße	2,75 €	3,05 €	3,70 €	5,35 €
Gut und Günstig: Mensa Moltke, Mensen Pforzheim	2,40 €	2,70 €	2,90 €	3,55 €
Schnitzel-Pommes-Salat: Mensa Erzbergerstraße 121	2,55 €	2,85 €	3,50 €	5,15 €
Schnitzelbar Mensa Am Adenauerring (100 g)	0,80 €	0,92 €	1,10 €	1,20 €
Wok: Update, Mensa Am Adenauerring, Update, Mensa Moltke, Mensen Pforzheim (100 g)	0,80 €	0,92 €	1,10 €	1,20 €
Mensa Burger / Salat / Pasta / Gemüsebuffet (100 g)	0,75 €	0,86 €	1,03 €	1,12 €

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir mitunter nicht alle Gerichte bis zum Ende der Essensausgabe vorrätig halten können. Die Beilagen Teigwaren, Pommes, Reis, Petersilienkartoffeln, Kartoffelsalat, Country Potatoes oder Brötchen werden grundsätzlich vegan zubereitet. An der Linie 2/4/5 gibt es immer eine Tagessuppe.

Legende Speisezusätze

(1) mit Farbstoff | (2) mit Konservierungsstoff | (3) mit Antioxidationsmitteln | (4) mit Geschmacksverstärker | (5) mit Phosphat | (6) Oberfläche gewachst | (7) geschwefelt | (8) Oliven geschwärzt | (9) mit Süßungsmitteln
(10) kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken | (11) enthält eine Phenylalaninquelle | (12) kann Restalkohol enthalten

🐄 enthält Rindfleisch | 🐷 enthält Schweinefleisch | 🌱 vegetarisches Gericht (ohne Fleischzusatz) | 🍌 veganes Gericht | 🐟 Marine Stewardship Council (MSC) zertifizierter Fisch | (Bio) kontrolliert biologischer Anbau / DE007 Öko Kontrollstelle



Fisch mit diesem Zeichen stammt aus einer Fischerei, die unabhängig nach den Richtlinien des MSC für eine beispielhafte und nachhaltige Fischerei zertifiziert wurde

Produktkettenzertifizierungscode SGS-NL-MSC-C-0624



DE-ÖKO-007 / EU-/Nicht-EU-Landwirtschaft

Mensa Moltke

	Wahlessen 1	Wahlessen 2	Gut & Günstig	Buffet
Di 01.11.	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011
Mi 02.11.	Paprikaschote mit Putenfleischfüllung und Tomatensoße 1,80€, Pommes Schupfnudeln (V) 0,80€, Langkornteig (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Spaghetti mit Shrimps-Zitronen-Rahmsoße 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Stangen-Bohnen-Gemüse Sombroergemüse (V) 0,65€	Kräuterquark mit Salzkartoffel und Dessert (V) 2,40€, Schwäbisches Linsengericht mit Spätzle und 1 Paar Geflügel Wiener 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Do 03.11.	Rinderbraten Burgunder Art (4,12, (V)) 1,80€, Spätzle Kroketten (V) 0,80€, Schnittlauch-Kartoffel (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Vegetarisches Schnitzel mit Zitronenecke (V) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Kohlrabigemüse Leipziger Allerlei (V) 0,65€	Fagottini Tomaten Mozzarella-Soße, Salat und Dessert (4, (V)) 2,40€, Fagottini mit Champignon Schinken Tomatensoße, Salat und Dessert (3,4,5, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Fr 04.11.	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pommes (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Eier Omelette mit Rahmspinat, Salzkartoffel und Dessert (V) 2,40€, Schweinebraten Mexikanisch mit Teigwaren und Dessert (12, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mo 07.11.	KARIBIK-WOCHE Cajun-Tomatensuppe, Hähnchenbrust Stir-Fry "Tobago" mit Fruit Cocktail und Gemüse, Mango-Joghurt 3,75€, Pommes (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	KARIBIK-WOCHE Cajun-Tomatensuppe, Gemüse-Auflauf "Sant Maarten" mit Gemüse-Reis, Mango-Joghurt (V) 3,75€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Gemüse-Crossies mit Frischkäsedip und Salat (2,3,9, (V)) 2,40€, Bauernbratwurst mit Bratensoße, Pommes und Salat (5,12, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Di 08.11.	KARIBIK-WOCHE Spinat-Kokos-Suppe, Schweinesteak gegrillt mit Kartoffelecken u. Sour Cream, Fruchtcocktail (V) 3,75€, Pommes (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	KARIBIK-WOCHE Spinat-Kokos-Suppe, Kuban. Reispfanne m. Gemüse u. Teigtasche, Fruchtcocktail (V) 3,75€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Blumenkohl in Käse-Sahnesoße mit Salzkartoffel und Salat (V) 2,40€, Schweinegulasch "Jäger Art" mit Teigwaren und Salat (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mi 09.11.	KARIBIK-WOCHE Maissuppe, Bataten Auflauf mit Rinderhack u. Kokos-Curry-Soße, Fruchtgelee Grenada (V) 3,75€, Pommes (V) 0,80€, Pasta (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	KARIBIK-WOCHE Maissuppe, Gemüsetopf mit Tomaten-Stirfry Nudeln, Fruchtgelee Grenada (V) 3,75€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Veget. gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße, Reis und Dessert (4, (V)) 2,40€, Linseneintopf mit 1 Paar Geflügel Wiener und Brötchen 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Do 10.11.	KARIBIK-WOCHE Gemüsesuppe, gegrillte Hähnchenbrust "spicy-cajun-style" mit Tomatenreis, Kokosmilch-Pudding 3,75€, Pommes (V) 0,80€, Pasta (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	KARIBIK-WOCHE Gemüsesuppe, "St. George" Nudelpfanne m. gegrilltem Gemüse, Kokosmilch-Pudding (V) 3,75€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Spaghetti "Napoli" mit Reibekäse, Salat und Dessert (V) 2,40€, Spaghetti Carbonara mit Reibekäse, Salat und Dessert (4,5, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Fr 11.11.	KARIBIK-WOCHE Bohnensuppe, Fischfilet gebr. auf Mandarinen-Curry-Soße, Kokos-Ananas-Quark 3,75€, Pommes (V) 0,80€, Pasta (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	KARIBIK-WOCHE Bohnensuppe, Bataten-Auflauf mit Sour-Cream-Dip, Kokos-Ananas-Quark (V) 3,75€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Italienischer Nudelauflauf mit Salat und Dessert (V) 2,40€, Geflügelmaultaschen geschmälzt mit Kartoffelsalat und Dessert (1,2) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mo 14.11.	Lammgulasch "New Zealand" (12) 1,80€, Kroketten Thymian Kartoffel (V) 0,80€, Gemüseris (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Spinatzpätzle-Gemüsepfanne mit Rahmsoße (12) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Broccoligemüse, Kaisergemüse (V) 0,65€	Tagliatelle mit Gorgonzola-Soße und Salat (V) 2,40€, Cevapcici mit Ajvar, Djuvecreis und Salat (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Di 15.11.	Hähnchenbrust im Knuspermantel mit Ketchup (9) 1,80€, Pommes Risolee-Kartoffeln (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Gebratene Gnocchis mit Hokaido Kürbis (V) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Schwarzwurzel Gemüse, Erbsen-Karottengemüse (V) 0,65€	2 St. Dampfnudeln mit Vanillesoße, Tagessuppe und Salat (1, (V)) 2,40€, Kasseler Rücken mit Kartoffelpüree und Rotkraut (4,5, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mi 16.11.	Schweineroulade mit Gärtnerin-Rahmsoße (12, (V)) 1,80€, Country Potatoes Spätzle (V) 0,80€, Salzkartoffel (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Seelachsfilet Müllerin mit Kräutersoße 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Stangen Bohnen Gemüse, Erbsen-Karottengemüse (V) 0,65€	2 St. Snackrollen "Pomodoro" mit Joghurt Dip, Nudelsalat und Dessert (2,3,4,9, (V)) 2,40€, Chili con Carne mit Brötchen und Dessert (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Do 17.11.	Hähnchenbrust gebraten mit Curry-Früchte-Kokos Soße (1) 1,80€, Pommes Schupfnudeln (V) 0,80€, Langkornteig (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Gebackener Camembert mit Preiselbeeren (V) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Kohlrabigemüse Leipziger Allerlei (V) 0,65€	Ravioli "Peperonata" mit Reibekäse, Salat und Dessert (V) 2,40€, Ravioli "Arrabiata" mit Reibekäse, Salat und Dessert (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Fr 18.11.	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pommes (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	4 Pfannkuchen mit Rahmgemüse und Dessert (V) 2,40€, Fleischspieß mit Zwiebelsoße, Pommes und Dessert (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mo 21.11.	Gulasch Szegediner Art (V) 1,80€, Pommes, Spätzle (V) 0,80€, Kartoffelpüree (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Tortellini-Gemüse-Pfanne (V) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Blumenkohl Gemüse, Cordialgemüse (V) 0,65€	Frühlingsrolle mit Würzsoße, Reis und Salat (4,9, (V)) 2,40€, Bifteki mit Zaziki, Reis und Salat (3, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Di 22.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (12, (V)) 1,80€, Pommes Schupfnudeln (V) 0,80€, Butterreis (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Semmelknödel Pilzragout (V) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Bohnengemüse, Sommergemüse (V) 0,65€	Kartoffelpuffer mit Apfelmus, Tagessuppe und Salat (V) 2,40€, Schlemmerfilet "Bordelaise" mit Petersilienkartoffel und Salat 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mi 23.11.	Chicken Wings mit Barbecue Soße (4,9) 1,80€, Pommes, Rosmarin-Kartoffel (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Calamares Ringe mit Ajoli (2,9) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Lauchgemüse, Mischgemüse Mondial (V) 0,65€	Gemüsemaultaschen mit Röstzwiebeln, Kartoffelsalat und Dessert (1,2, (V)) 2,40€, Erbseneintopf mit Bockwurst, Brötchen und Dessert (4,5, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Do 24.11.	Argentinischer Schlemmerbraten (4, (V)) 1,80€, Kroketten Spätzle (V) 0,80€, Teigwaren (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Emmentaler Käseschnitzel mit Preiselbeerssoße (12) 1,80€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Rosenkohlgemüse mit Soße, Erbsen-Mais-Gemüse (V) 0,65€	Pasta mit Käse-Sahne-Soße, Salat und Dessert (V) 2,40€, Pasta mit Bolognesesoße, Reibekäse, Salat und Dessert (V) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Fr 25.11.	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pommes (V) 0,80€, Langkornteig (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	Schlemmerbuffet pro 100g 0,70€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Mischgemüse 0,65€	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung, Rahmgemüse und Dessert (1, (V)) 2,40€, Hähnchenkeule gebraten mit Rahmgemüse, Reis und Dessert 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mo 28.11.	Rindsroulade Hausfrauenart (S, (V)) 1,80€, Pommes, Semmelknödel (V) 0,80€, Schnittlauch-Kartoffel (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	MSC-Woche Hoki Filet Müllerin mit Mandelbutter (V) 1,90€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Rotkraut, Kaisergemüse (V) 0,65€	Rice Sticks mit Asia-Nudelsalat und Salat (2,9, (V)) 2,40€, Geflügelfrikadelle mit Pfefferrahmsoße, Reis und Salat (2,9) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Di 29.11.	Hähnchen Cordon bleu mit Putenschinken und Rahmsoße (12) 1,80€, Pommes Spätzle (V) 0,80€, Gemüseris (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	MSC-Woche Langschwanz Seehecht Sweet Hot Coconut auf Gemüsebett (V) 2,20€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Schwarzwurzel Gemüse, Erbsen-Karottengemüse (V) 0,65€	Makkaroni mit Gemüse- Bolognese und Salat (V) 2,40€, Oberländer Bratwurst Pommes und Salat (4,5, (V)) 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€
Mi 30.11.	Lammbratwurst im Kräuter-Tomaten-Jus (12) 1,80€, Country Potatoes Thymian Kartoffel (V) 0,80€, Pfefferreis (V) 0,65€, Suppe (V) 0,40€	MSC-Woche Pan. Schollenfilet mit Zitronenschmand-Dip (V) 1,90€, Pudding 0,75€, Salat (2,9) 0,75€, Stangen Bohnen Gemüse Sombroergemüse (V) 0,65€	Tofu Crossies mit Frischkäsefüllung mit Joghurt Dip, Salat und Dessert (2,9, (V)) 2,40€, Schwäbisches Linsengericht mit Spätzle und 1 Paar Geflügel Wiener 2,40€	Salatbuffet Pasta Buffet (2,9) pro 100g 0,75€

Essenszeiten: 11.30-13.30 Uhr

Mensa Erzberger- straße 121

	Wahlessen 1	Wahlessen 2
Di 01.11.	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011
Mi 02.11.	Pan. Schw.schnitzel Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Pikanter Bohneneintopf mit Feuerwurst und Baguette Brötchen (4,☺) 2,40€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Cordon bleu v. Schwein (☺) 1,90€	Sauerkraut-Schupfnudeln (3,☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Do 03.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, 1/2 Hähnchen 2,00€, Pommes (☺) 0,80€	Gemüse-Kartoffelgratin (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Fr 04.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Seelachsfilet geb. mit Remouladensoße (2,4,9,☺) 1,90€, Pommes (☺) 0,80€	2 Eieromelette mit Rahmspinat, Kartoffeln und Dessert (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mo 07.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Bauernbratwurst mit Soße (4,5,☺) 1,50€	Kartoffel-Käseschnitzel mit Lauchgemüse (☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Di 08.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Mini Frikadellen "Toscanellos" mit Tomatensoße (☺) 1,70€	Tagliatelle mit veget. Bolognese und Reibekäse (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Desserts ab 0,45€
Mi 09.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Linseneintopf mit Wiener und Brötchen (4,5,☺) 2,40€, Lammcurry 1,90€	Tofu Gemüsemadillon mit Ratatouille (☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Do 10.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Putenschnitzel paniert mit Soße 1,80€	Spaghetti "Napoli" mit Reibekäse (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Fr 11.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Seelachsfilet gebacken mit Remouladensoße (2,4,9,☺) 1,90€	Kartoffelgratin m. Spinat u. Mozzarella (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mo 14.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Cevapcici mit Ajvar (☺) 1,70€	Tagliatelle mit Gorgonzolasoße (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Di 15.11.	Pan. Schw.schnitzel Pommes Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Kasserler Rücken mit Rotkraut (4,5,☺) 1,80€	2 St. Dampfnudeln mit Vanillesoße (1,☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse
Mi 16.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Chili con Carne mit Baguette Brötchen (☺) 2,40€, Chicken Wings mit Barbecuesoße (2,4,9) 1,90€	Allgäuer Käsespätzle (☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Do 17.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Paprikagulasch vom Rind (12,☺) 1,80€	Ravioli "Peperonata" mit Reibekäse (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Fr 18.11.	Pan. Schw.schnitzel Pommes Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Putenschnitzel natur mit Zigeunersoße (2,9) 1,80€	Glasnudeln mit Chinagemüse (☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mo 21.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Kalbsrahmgulasch (12,☺) 2,00€	Pasta con Zucchini (4,☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Di 22.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Party-Frikadellen mit Paprikasoße (☺) 1,70€	5 Kartoffelpuffer mit Apfelsauce (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mi 23.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Erbseneintopf mit Bockwurst und Baguette Brötchen (4,5,☺) 2,40€, Burgunder Braten (12,☺) 1,80€	Italienische Nudelpfanne (8,☺) 1,80€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Do 24.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Putenspieß mit Curry-Früchte-Soße (1,4) 1,90€	Pasta mit Käse-Sahnesoße (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Fr 25.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Seelachsfilet gebacken mit Remouladensoße (2,4,9,☺) 1,90€	Ravioli in Tomatensoße mit Reibekäse (☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mo 28.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Geflügelfrikadelle mit Pfefferrahmsauce 1,80€	Kaiserschmarren mit Apfelsauce (☺) 1,90€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Di 29.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Rote Currywurst, Pommes (1,4,5,9,☺) 2,40€, Oberländer Bratwurst mit Ketchup (4,5,9,☺) 1,50€	Makkaroni mit veget. Bolognese, Reibekäse (1,4,☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€
Mi 30.11.	Pan. Schw.schnitzel, Pommes, Salat (2,9,☺) 2,55€, Pikanter Bohnentopf m. Feuerwurst [S] oder veget. Wurst mit Brötchen (4,☺) 2,40€, Hähnchen Cordon bleu mit Ketchup(9) 1,90€	Tofu-Crossies mit Käse-Kräuterfüllung und Dip (2,9,☺) 1,70€, Salat (2,9,☺) 0,65€, Diverse Desserts ab 0,45€

Essenszeiten: Mo-Fr, 12.00-14.00 Uhr

Mensa Schloss Gottesau

	Wahlessen 1	Wahlessen 2
Di 01.11.	Geschlossen vom 31.10.2011 bis 01.11.2011	Geschlossen vom 31.10.2011 bis 01.11.2011
Mi 02.11.	Paprikaschote mit Putenfleischfüllung und Tomatensoße, Petersilienkartoffel Salat, Dessert 2,75€	Kräuterquark mit Kartoffel, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Do 03.11.	Emmentaler Käseschnitzel mit Preiselbeeren, Country Potatoes, Salat und Dessert 2,75€	Fagottini mit Champignon-Schinken-Tomatensoße, Salat und Dessert (3,4,5,☺) 2,75€
Fr 04.11.	Schweinebraten Mexikanisch mit Teigwaren, Salat und Dessert (12,☺) 2,75€	Eier Omelette mit Rahmspinat, Salzkartoffel und Dessert (☺) 2,75€
Mo 07.11.	Bauern Bratwurst mit Bratensoße, Pommes, Salat und Dessert(5,12,☺) 2,75€	Gemüse Crossies mit Frischkäsedip, Salat und Dessert(2,3,9,☺) 2,75€
Di 08.11.	Schweinegulasch "Jäger Art" mit Teigwaren, Salat und Dessert(☺) 2,75€	Blumenkohl in Käse-Sahnesoße mit Salzkartoffel, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Mi 09.11.	Linseneintopf mit 1 Paar Geflügel Wiener, Brötchen und Dessert 2,75€	Veget. gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße, Reis, Salat und Dessert (4,☺) 2,75€
Do 10.11.	Spaghetti Carbonara mit Reibekäse, Salat und Dessert (4,5) 2,75€	Spaghetti Napoli mit Reibekäse, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Fr 11.11.	Geflügelmaultaschen geschmälzt mit Kartoffelsalat und Dessert (1,2) 2,75€	Italienischer Nudelauflauf mit Salat und Dessert (☺) 2,75€
Mo 14.11.	Cevapcici mit Ajvar, Djuvecreis Salat und Dessert (☺) 2,75€	Spinatspätzle- Gemüsepfanne mit Rahmsauce, Salat und Dessert (12) 2,75€
Di 15.11.	Kasseler Rücken mit Bratensoße, Rotkraut, Kartoffelpüree und Dessert (4,5,12,☺) 2,75€	Kürbis- Gnocchis mit Salat und Dessert (☺) 2,75€
Mi 16.11.	Chili con Carne mit Brötchen, Salat und Dessert (☺) 2,75€	2 St. Snackrollen "Pomodoro" mit Joghurtdip, Nudelsalat und Dessert (2,3,4,9,☺) 2,75€
Do 17.11.	Hähnchenbrust gebraten mit Curry-Früchte-Soße, Gemüseris, Salat und Dessert (1,4) 2,75€	Gebackener Camembert mit Preiselbeeren, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Fr 18.11.	Fleischspieß mit Zwiebelsoße, Country Potatoes, Salat und Dessert (☺) 2,75€	4 Pfannkuchen mit Rahngemüse, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Mo 21.11.	Bifteki mit Zaziki, Reis, Salat und Dessert (3,☺) 2,75€	Frühlingsrolle mit Würzsoße, Reis, Salat und Dessert(4,9,☺) 2,75€
Di 22.11.	Schlemmerfilet "Bordelaise" mit Petersilienkartoffeln, Salat und Dessert 2,75€	Kartoffelpuffer mit Apfelsauce, Tagessuppe und Salat (☺) 2,75€
Mi 23.11.	Chicken Wings mit Rosmarin-Kartoffel, Salat und Dessert 2,75€	Gemüsemaultaschen mit Röstzwiebeln, Kartoffelsalat und Dessert (1,2,☺) 2,75€
Do 24.11.	Pasta mit Bolognesesoße, Reibekäse Salat und Dessert (☺) 2,75€	Pasta mit Käse-Sahne-Soße, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Fr 25.11.	Hähnchenkeule gebraten mit Rahngemüse, Reis und Dessert 2,75€	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung mit Rahngemüse und Dessert (1,☺) 2,75€
Mo 28.11.	Geflügelfrikadelle mit Pfefferrahmsauce, Reis, Salat und Dessert 2,75€	Rice Sticks mit Asia-Nudelsalat mit Salat und Dessert (9,☺) 2,75€
Di 29.11.	Oberländer Bratwurst mit Bratensoße, Pommes, Salat und Dessert (4,5,12,☺) 2,75€	Makkaroni mit Gemüse-Bolognese, Salat und Dessert (☺) 2,75€
Mi 30.11.	Schwäbisches Linsengericht mit Spätzle, 1 Paar Geflügel Wiener und Dessert 2,75€	Tofu Crossies mit Frischkäsefüllung mit Joghurtdip, Salat und Dessert (2,9,☺) 2,75€

Mensa Tiefenbronner Straße

	Wahlessen 1	Wahlessen 2	Gut & Günstig	Buffet
Di 01.11.	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011
Mi 02.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (☺) 1,80€, Pommes (🍟) 0,80€, Butterreis Teigwaren (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Semmelknödel mit Waldpilzsoße (3 🍷) 2,00€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Kräuterquark mit Dampfkartoffeln und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Nasi Goreng mit Hähnchenfleisch und Salat(2,4,9) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Do 03.11.	Badischer Sauerbraten (12, 🍷) 2,00€, Semmelknödel, Country Potatoes (🍆) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Hähnchencrossies mit Cocktailsöße(2,9,12) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Fagottini mit Tomaten-Mozzarellaösoße, Salat und Dessert (1,2,4,9, 🍷) 2,40€, Fagottini mit Champ.-Schinken-Tomaten-Sauce, Salat und Dessert (2,3,4,5,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Fr 04.11.	Seelachs Nuggets mit Remouladensoße (2,9) 1,90€, Kroketten (🍷) 0,80€, Butterreis Petersilienkartoffel (🍆) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Milchreis mit Zimtkirschen (🍷) 1,70€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Eieromelette mit Rahmspinat, Dampfkartoffel und Dessert (🍷) 2,40€, Schweinebraten mexikanisch mit Teigwaren und Dessert (☺) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mo 07.11.	Spießbraten mit Zwiebelsoße (☺) 1,80€, Spätzle Semmelknödel (🍷) 0,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Butterreis (🍝) 0,65€	KARIBIK-WOCHE Cajun-Tomatensuppe, Gemüse-Auflauf "Sant Maarten" mit Gemüse-Reis, Mango-Joghurt (🍷) 3,75€, Cajun-Tomatensuppe, Hähnchenbrust Stir-Fry "Tobago" mit Fruit Cocktail und Gemüse, Mango-Joghurt 3,75€	Gemüse-Crossis mit Frischkäsedip und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Bauern Bratwurst mit Pommes und Salat (2,4,5,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Di 08.11.	Hähnchenbrust im Knuspermantel mit Chilibip (4,9) 1,80€, Rösti Ecken (🍷) 0,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Butterreis (🍝) 0,65€	KARIBIK-WOCHE Spinat-Kokos-Suppe, Kuban. Reispfanne m. Gemüse u. Teigtasche, Fruchtcocktail (🍷) 3,75€, Spinat-Kokos-Suppe, Schweinsteak gegrillt mit Kartoffelecken u. Sour Cream, Fruchtcocktail (☺) 3,75€	Blumenkohl in Käse-Sahnesoße, Salzkartoffel und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Schweinegulasch "Jäger Art" mit Teigwaren und Salat (1,2,3,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mi 09.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (☺) 1,80€, Pommes (🍟) 0,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Butterreis Teigwaren (🍝) 0,65€	KARIBIK-WOCHE Maissuppe, Gemüsetopf mit Tomaten-Stirfry Nudeln, Fruchtgelee Grenada (🍷) 3,75€, Maissuppe, Bataten Auflauf mit Rinderhack u. Kokos-Curry-Soße, Fruchtgelee Grenada (🍷) 3,75€	Veget. gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße, Butterreis und Dessert (4, 🍷) 2,40€, Spätzle-Pilzpfanne mit Schinken, Gemüse und Dessert (3,4,5, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Do 10.11.	Mini Frikadellen mit Schafskäse und Kräuterdip (2,9, 🍷) 1,80€, Country Potatoes (🍆) 0,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Butterreis (🍝) 0,65€	KARIBIK-WOCHE Gemüsesuppe, "St. George" Nudelpfanne m. gegrilltem Gemüse, Kokosmilch-Pudding (🍷) 3,75€, Gemüsesuppe, gegrillte Hähnchenbrust "spicy-cajun-style" mit Tomatenreis, Kokosmilch-Pudding 3,75€	Spaghetti "Napoli" mit Reibekäse, Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€, Spaghetti Carbonara mit Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Fr 11.11.	Schweinerückensteak Zigeuner Art (2,9, 🍷) 1,80€, Pommes (🍟) 0,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Teigwaren (🍝) 0,65€	KARIBIK-WOCHE Bohnensuppe, Bataten-Auflauf mit Sour-Cream-Dip, Kokos-Ananas-Quark (🍷) 3,75€, Bohnensuppe, Fischfilet gebr. auf Mandarinen-Curry-Soße, Kokos-Ananas-Quark 3,75€	Italienischer Nudelaufwurf mit Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€, Geflügelmaultaschen geschmälzt mit Kartoffelsalat und Dessert (1,2) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mo 14.11.	Hähnchen Cordon bleu mit Putenschinken 1,90€, Kroketten (🍷) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Mini Frühlingsrollen mit Chinasoße (9, 🍷) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Tagliatelle mit Gorgonzola- Soße und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Cevapcici mit Ajvar, Djuvecreis und Salat (2,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Di 15.11.	Pizzafleischkäse mit Ketchup(4,5,9, 🍷) 1,80€, Country Potatoes (🍆) 0,80€, Butterreis Teigwaren (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Hühnerfrikassee Gärtnerin Art (12) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	2 Dampfnudeln mit Vanillesoße und Frucht-kompott (1, 🍷) 2,40€, Kasseler Rücken mit Rotkraut und Kartoffelpüree (4,5, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mi 16.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (☺) 1,80€, Spätzle, Pommes (🍷) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Putenspieß ungarisch 2,00€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	2 St. Snackrollen "Pomodoro" mit Frischkäsedip, Nudelsalat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€, Chili con Carne mit Brötchen, Salat und Dessert(2,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Do 17.11.	2 St. Hähnchenkeulen mit Currydip (2,9) 1,80€, Rösti Ecken (🍷) 0,80€, Butterreis Petersilienkartoffel (🍆) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Kaiserschmarrn Apfelmus (🍷) 1,90€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Ravioli "Peperonata" mit Salat und Dessert (2,4,9) 2,40€, Ravioli "Arrabiata" mit Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Fr 18.11.	Seelachsfilet pan. mit Kräuter mayonnaise (2,9, 🍷) 1,80€, Pommes (🍟) 0,80€, Butterreis, Salzkartoffel (🍆) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Wokgemüse süß-sauer mit Hähnchenstreifen 2,00€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	4 St. Pfannkuchen mit Rahmgemüse und Dessert (🍷) 2,40€, Fleischspieß mit Zwiebelsoße, Röstkartoffeln und Dessert (☺) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mo 21.11.	Hähnchenbrustfilet natur mit Tomaten-Kräuter Soße 2,00€, Steakhouse frites (🍷) 0,80€, Langkornreis Teigwaren (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Sauerkraut-Schupfnudel mit Speck (3, 🍷) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Frühlingsrolle mit Langkornreis, Würzsoße und Salat (2,4,9, 🍷) 2,40€, Bifteki mit Tzatziki, Butterreis und Krautsalat (3, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Di 22.11.	Rindergeschneitztes Stroganoff (2,3,9,12, 🍷) 1,90€, Kroketten (🍷) 0,80€, Petersilienkartoffel, Kräuterris (🍆) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Blätterteig Pasteten mit Gemüsefüllung (🍷) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Kartoffelpuffer mit Apfelmus, Tagessuppe und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Schlemmerfilet "Bordelaise" mit Petersilienkartoffeln und Salat (2,9) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mi 23.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (☺) 1,80€, Spätzle Pommes (🍷) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Chicken Wings mit Barbecue Soße (2,4,9) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Geschmälzte Maultaschen mit Kartoffelsalat und Dessert (1,2, 🍷) 2,40€, Schwäbisches Linsengericht mit Bauernspätzle, Wiener und Schoko-Pudding-Dessert (4,5, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Do 24.11.	Jungschweinerücken mit Zwiebel-Pfeffer-soße (12, 🍷) 1,90€, Rösti Ecken, Semmelknödel (🍆) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Tiroler Apfelstrudel mit Vanille-Mandelsöße (1, 🍷) 1,80€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Pasta mit Käsesoße, Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€, Pasta Bolognese mit Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Fr 25.11.	Paprikahamschnitzel 1,80€, Country Potatoes (🍆) 0,80€, Butterreis (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	Lachsnudeln mit Weißweinsoße (12) 2,00€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung Rahmgemüse und Dessert (1, 🍷) 2,40€, Hähnchenkeule gebraten mit Butterreis, Rahmgemüse und Dessert (1,4) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mo 28.11.	Rindergulasch (🍷) 1,80€, Kroketten (🍷) 0,80€, Butterreis, Teigwaren (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	MSC-Woche Hoki Filet Müllerin mit Mandelbutter (🍷) 1,90€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Rice Sticks mit Asia-Nudelsalat und Salat (2,9, 🍷) 2,40€, Geflügelfrikadelle mit Pfefferrahmsö-ße, Reis und Salat (2,9,12) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Di 29.11.	Putenbraten mit Esterhazysoße (12) 2,00€, Ofenkartoffel (🍆) 0,80€, Bandnudeln (🍝) 0,65€, Desserts ab 0,45€	MSC-Woche Langschwanz Seehecht Sweet Hot Coconut auf Gemüsebett (🍷) 2,20€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Makkaroni mit Bolognesesoße und Salat (1,2,4,9, 🍷) 2,40€, Oberländer Bratwurst mit Pommes und Salat (2,4,5,9, 🍷) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€
Mi 30.11.	Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße (☺) 1,80€, Pommes (🍟) 0,80€, Butterreis, Petersilienkartoffel (🍆) 0,65€, Desserts ab 0,45€	MSC-Woche Pan. Schollenfilet mit Zitronenschmand-Dip (MSC) 1,90€, Beilagesalat (2,9) 0,75€, Gemüse (🍆) 0,65€, Suppe (🍲) 0,40€	Tofu Crossies mit Joghurtdip, Salat und Dessert (2,9, 🍷) 2,40€, Pikanter Bohnentopf mit Feuerwurst Brötchen und Dessert (4,5) 2,40€	Tagesangebot siehe Tageskarte pro 100g 0,80€, Salatbuffet Pasta Buffet pro 100g 0,75€

Mensa Holzgartenstraße



STUDENTENHAUS ADENAUERRING 7

Oktober 2011

- **Sa 29. 10., 19.00 Uhr**
KWN „Halbfinale“ Impro-Theater, in russischer Sprache!
Kivin e. V. & SKZ
- **So 30. 10., 1. 10. 20. Uhr**
„Laluger“ (Der Biber)
von Nikolay Uromov
in bulgarischer Sprache!
Bulg. Studentenverein & SKZ

November

- **Sa 05. 11., 20.00 Uhr**
Schmitz Katze - Improtheater
UniTheater & SKZ
- **Di 08. 11., 16.00 Uhr**
„So heiss gegessen wie gekocht“ Berliner Compagnie
Umweltzentrum & SKZ
- **Do 10. 11., 18.00 Uhr**
„Der professionalisierte Bürger“
Diplom-Konsumenten
Vortrag Prof. Dr. W. Ullrich
- **So 13. 11. 2011, 19.00 Uhr**
Theater in russischer Sprache
Kivin e. V. & SKZ
- **Mi 16. 11. 2011, 16.30 Uhr**
Junge Talente
Musik & Vortrag - KIT
- **Sa 19. 11. 2011, 20.00 Uhr**
Tunesisches Fest
Tun. Studentenverein
- **Fr 25. & Sa 26. 11. 2011, jew. 20.00 Uhr**
Lenz von G. Büchner
Xenia-Theater & SKZ
- **So 27. 11. 2011, 14.00 Uhr**
Debattierclub



STUDENTISCHES KULTURZENTRUM
AM KARLSRUHER INSTITUT FÜR TECHNOLOGIE (KIT) GEM. GMBH

Anzeige

- Di**
01.11.
- Mi**
02.11.
- Do**
03.11.
- Fr**
04.11.
- Mo**
07.11.
- Di**
08.11.
- Mi**
09.11.
- Do**
10.11.
- Fr**
11.11.
- Mo**
14.11.
- Di**
15.11.
- Mi**
16.11.
- Do**
17.11.
- Fr**
18.11.
- Mo**
21.11.
- Di**
22.11.
- Mi**
23.11.
- Do**
24.11.
- Fr**
25.11.
- Mo**
28.11.
- Di**
29.11.
- Mi**
30.11.

Gut & Günstig 1	Gut & Günstig 2
Geschlossen am: 01.11.2011	Geschlossen am: 01.11.2011
Paniertes Schweineschnitzel mit Pommes, Bratensoße und Salat (2,9,☺) 2,40€	Kräuterquark mit Dampfkartoffel und Salat (2,9,☺) 2,40€
Fagottini mit Champ.-Schinken-Tomaten-Soße, Salat und Dessert (2,3,4,5,9,☺) 2,40€	Fagottini mit Tomaten-Mozzarella-Soße, Salat und Dessert (1,2,4,9,☺) 2,40€
Schweinebraten mexikanisch mit Teigwaren und Dessert (☺) 2,40€	Eier Omelette mit Rahmspinat, Dampfkartoffel und Dessert (☺) 2,40€
Bauern Bratwurst mit Pommes und Salat (2,4,5,9,☺) 2,40€	Gemüse-Crossis mit Frischkäsedip und Salat (2,9,☺) 2,40€
Schweinegulasch "Jäger Art" mit Teigwaren und Salat (2,3,9,☺) 2,40€	Blumenkohl in Käse-Sahnesoße mit Salzkartoffel und Salat (2,9,☺) 2,40€
Paniertes Schweineschnitzel Bratensoße, Pommes und Salat (2,9,☺) 2,40€	Veget. gefüllte Paprikaschote mit Tomatensoße, Butterreis und Dessert (4,☺) 2,40€
Spaghetti Carbonara mit Salat und Dessert (2,9,☺) 2,40€	Spaghetti "Napoli" mit Reibekäse, Salat und Dessert (2,9,☺) 2,40€
Geflügelmaultaschen geschmälzt mit Kartoffelsalat und Dessert (1,2) 2,40€	Italienischer Nudelaufwurf mit Salat und Dessert (2,9,☺) 2,40€
Cevapcici mit Ajvar, Djuvecreis und Salat (2,9,☺) 2,40€	Tagliatelle mit Gorgonzola-Soße und Salat (2,9,☺) 2,40€
Kasseler Rücken mit Rotkraut und Kartoffelpüree (4,5,☺) 2,40€	2 Dampfnudeln mit Vanillesoße und Suppe (1,☺) 2,40€
Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, Pommes und Salat (2,9,☺) 2,40€	2 St. Snackrollen "Pomodoro" mit Frischkäsedip, Nudelsalat und Dessert (2,3,4,9,☺) 2,40€
Ravioli Arrabbiata mit Salat und Dessert (2,4,9) 2,40€	Ravioli "Pepperonata" mit Salat und Dessert (2,4,9,☺) 2,40€
Schollenfilet gebacken mit Remouladensoße und Petersilienkartoffel (2,9,☺) 2,40€	4 St. Pfannkuchen mit Rahmgemüse und Dessert (☺) 2,40€
Bifteki mit Tzatziki, Butterreis und Krautsalat (3,☺) 2,40€	Frühlingsrolle mit Würzsoße, Butterreis und Salat (2,4,9,☺) 2,40€
Schlemmerfilet "Bordelaise" mit Petersilienkartoffeln und Salat (2,9,☺) 2,40€	Kartoffelpuffer mit Apfelmus, Tagesuppe und Salat (2,9,☺) 2,40€
Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, Pommes und Salat (2,9,☺) 2,40€	Geschmälzte Maultaschen mit Salat und Kartoffelsalat (1,2,9,☺) 2,40€
Pasta Bolognese mit Salat und Dessert (2,9,☺) 2,40€	Pasta mit Käsesoße, Salat und Dessert (2,9,☺) 2,40€
Hähnchenkeule gebraten mit Butterreis, Rahmgemüse und Dessert 2,40€	Kartoffeltaschen mit Frischkäsefüllung Rahmgemüse und Dessert (1,☺) 2,40€
Geflügelfrikadelle mit Pfefferrahmsauce, Langkornreis und Salat (2,9,12) 2,40€	Rice Sticks mit Asia-Nudelsalat und Salat (2,9,☺) 2,40€
Oberländer Bratwurst mit Ofenkartoffel und Salat(2,4,5,9,☺) 2,40€	Makkaroni mit Bolognesesoße und Salat (1,2,4,9,☺) 2,40€
Paniertes Schweineschnitzel mit Bratensoße, Pommes und Salat (2,9,5) 2,40€	Tofu Crossies mit Joghurtdip, Salat und Apfel(2,9,VEG) 2,40€

Karlsruher Kultur im Online-Fieber

Onlinekampagne der Karlsruher Kultur startet / Neue Kultur-Website und Kultur-App

KULTUR wird in Karlsruhe im wahrsten Sinne des Wortes großgeschrieben: Sechs überdimensionale blaue Buchstaben sind seit heute Botschafter der neuen Onlinekampagne der Karlsruher Kultur. Gemeinsam ergeben sie das Wort „KULTUR“. Das Kulturamt hat gemeinsam mit der Stadtmarketing Karlsruhe GmbH und den Karlsruher Kultureinrichtungen die Kampagne entwickelt. Diese wurde heute im Rahmen einer Pressekonferenz im ZKM – Zentrum für Kunst und Medientechnologie Karlsruhe vorgestellt.

Das Herzstück der Onlinekampagne bildet eine neu konzipierte Kultur-Homepage gemeinsam mit einer Kultur-App. Unter www.kultur-in-karlsruhe.de können sich erstmals alle 135 Kultureinrichtungen der Stadt mit ihren Veranstaltungen und Aktionen selbstständig präsentieren. Der Überblick über das vollständige Kulturangebot wird durch benutzerfreundliche Funktionen und ein breites Serviceangebot ergänzt. Die Hochschule für Gestaltung Karlsruhe (HfG) hat gemeinsam mit dem ZKM – Zentrum für Kunst und Medientechnologie Karlsruhe die App entwickelt.

„Kultur to go“, so könnte man das neue Angebot plakativ nennen. Es freut mich, dass es gelungen ist, so viele hochkarätige Partner zu vernetzen. Die Kulturkampagne zeugt davon, wie hoch die Bereitschaft ist, das vielfältige kulturelle Leben unserer Stadt zu erweitern und allen Bürgern näher zu bringen“, erklärte Erste Bürgermeisterin Margret Mergen. „Ich bin davon überzeugt, dass die Kulturkampagne auch Strahlkraft über Karlsruhe hinaus haben wird.“

Website und App verbinden die Karlsruher Stärken Kultur und IT-Kompetenz. Ziel der Onlinekampagne ist es, Karlsruhe bis 2015 als Kulturstadt stärker zu positionieren. So werden Homepage und Kultur-App auch in Zukunft weiterentwickelt und optimiert.



Zentrales Element der neuen Kultur-Homepage ist ein bedienungsfreundlicher und vollständiger Veranstaltungskalender. Benutzerfreundlichkeit ist oberstes Gebot. Karlsruher Kulturfans können Autor werden, Kommentare abgeben, RSS-Feeds abonnieren oder per Mail oder Social Media Weiterempfehlungen verschicken.

Eine umfassende Suchfunktion erleichtert den Benutzern den Überblick.

Die Erweiterung zur Homepage stellt die Karlsruher Kultur-App dar. Damit ist die gesamte Kulturlandschaft Karlsruhes als Kulturstadtplan oder Kulturkalender via Smartphone abrufbar. „Es spricht für die Kultur in Karlsruhe, dass sie neue Verbreitungswege öffnet und das Potenzial nutzt, das die Neuen Medien bieten“, sagte Prof. Peter Weibel, Direktor des ZKM – Zentrum für Kunst und Medientechnologie Karlsruhe. „Die Kulturkampagne soll eine Bewusstseinsstärkung des Kulturlebens in Karlsruhe und darüber hinaus schaffen.“

Wegbeschreibung und Anfahrtmöglichkeiten zu den Veranstaltungsorten sowie ein Termin-Reminder ergänzen die App. Deren Funktionen sind auch offline verfügbar, wie der Kulturstadtplan mit allen Kulturinstitutionen in einer Gesamt- und Detailansicht.

Die Riesenbuchstaben wandern vom ZKM zuerst auf die „offer-ta“ 2011. Dort stehen sie am Stadtmarketing-Stand im Foyer und werden für Besucheraktionen eingesetzt. Danach geht es weiter zu den verschiedenen Karlsruher Kultureinrichtungen, die die blauen Buchstaben als W-LAN Points nutzen können. Die Farbe „blau“ entspricht der Farbgebung der Karlsruher Website. Mit ihrem hohen Wiedererkennungswert sollen sie die Identifikation mit Karlsruhes Kultur nachhaltig fördern.

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kultur-in-karlsruhe.de.

Dr. Simone Sudmann

Leiterin PR-/Öffentlichkeitsarbeit

Stadtmarketing Karlsruhe

Tel. 0721 35 236 – 23

E-Mail: simone.sudmann@stadtmarketing-karlsruhe.de

Anzeige

Die schönsten Wohnungen für Studierende

- 1- und 2-Zi-ETW's mit 27 bis 52 m² Wfl.
- Modern, hell mit Einbauküche
- Tiefgarage
- Gemeinschaftsräume mit Terrasse
- Kurze Wege zur Uni

**kaufen/mieten
Fertigstellung
Feb. 2011**

student@home III

www.student-at-home.de

göbelbecker
Bauträger und Beteiligungs-GmbH

„Es ist eng“: Deutsches Studentenwerk fordert zusätzliche Wohnheimplätze

Der Wohnraum für Studierende ist in vielen Städten knapp und lange Wartelisten für einen Wohnheimplatz sind bei vielen Studentenwerken an der Tagesordnung. Der DSW-Generalsekretär Achim Meyer auf der Heyde fordert: „Nötig sind 25.000 zusätzliche Wohnheimplätze“.

Mehr als 9.000 Plätze derzeit in Bau oder Planung, wobei Baden-Württemberg, Bayern und Hessen derzeit am aktivsten sind beim Wohnheimbau für Studierende. So entstehen in Karlsruhe gegenwärtig 212 neue Wohnheimplätze in der Karlsruher Tennesseeallee.

Das Deutsche Studentenwerk sieht zum Beginn des Wintersemesters 2011/2012 die Studierenden in vielen Hochschulstädten allerdings in einer schwierigen Lage bei der Suche nach einer bezahlbaren Bleibe. Viele der 58 Studentenwerke, die im Deutschen Studentenwerk (DSW) organisiert sind, melden angesichts der



So soll es aussehen, das neue Wohnheim in der Tennesseeallee mit dem das Studentenwerk Karlsruhe einen Beitrag zur Entspannung der Wohnungssituation für Studierende leistet.

Rekordzahl von Erstsemestern, die erwartet werden, eine hohe Nachfrage nach einem Wohnheimplatz und teilweise lange Wartelisten.

„Für viele klassische Hochschulstädte vor allem im Süden des Landes, für Bayern, Baden-Württemberg, aber auch in anderen Regionen und für Ballungsgebiete und Großstädte wie Frankfurt am Main, München, Köln, Hamburg oder selbst Berlin gilt: Es ist eng“, sagt DSW-Generalsekretär Achim Meyer auf der Heyde.

So sehr er die missliche Lage vieler Studierender bedaure, so sehr fühle er sich in der Forderung an Bund und Länder bestätigt, die Hochschulpakete mit Investitionen in die soziale Infrastruktur des Studiums zu flankieren, betont Meyer auf der Heyde.

„Wir als Deutsches Studentenwerk haben wiederholt Bund und Länder auf das drohende Problem hingewiesen, dass Studierende nicht nur einen Studienplatz, sondern auch ein Dach über den Kopf benötigen. Das geht nur über zusätzliche Wohnheimplätze“, so Meyer auf der Heyde.

Nötig seien aus Sicht des Deutschen Studentenwerks 25.000 zusätzliche Wohnheimplätze. „Das Studierenden-Hoch der kommenden Jahre muss einhergehen mit einer Stärkung der sozialen Infrastruktur“, ist Meyer auf der Heyde überzeugt.

Laut einer neuen DSW-Publikation sind derzeit mehr als 9.000 Wohnplätze für Studierende in Bau oder in Planung, jeweils fast 3.000 in Baden-Württemberg und Bayern sowie etwas mehr als 1.000 in Hessen. In Rheinland-Pfalz, Nordrhein-Westfalen, Thüringen und Brandenburg sind mehrere Hundert Plätze geplant.

Insgesamt gibt es in Deutschland mehr als 225.000 öffentlich geförderte Wohnplätze für Studierende, davon sind rund 181.000 in der Trägerschaft der 58 Studentenwerke.

Etwa 12 % der Studierenden leben derzeit im Wohnheim, es ist mit durchschnittlich 208 Euro im Monat, einschließlich aller Nebenkosten, die preisgünstigste Wohnform für Studierende außerhalb des Elternhauses.

Eine statistische Übersicht über den Wohnraum für Studierende finden Sie zum downloaden hier:
www.studentenwerke.de/pdf/Wohnraumstatistik_2011.pdf

DSW (Stefan Grob)

PeerNet am KIT...

...ist ein fünftägiger Workshop zur Weiterbildung in Theorie und Praxis interkultureller Kommunikation und Zusammenarbeit.



Für wen? Für deutsche und ausländische Studierende, die sich für Integration und interkulturelle Arbeit einsetzen.

Er richtet sich z.B. an Mitglieder von Hochschulgruppen, die sich mit Themen internationaler Zusammenarbeit befassen oder

an Tutoren, die mit Studierenden unterschiedlicher kultureller Hintergründe zusammenarbeiten.

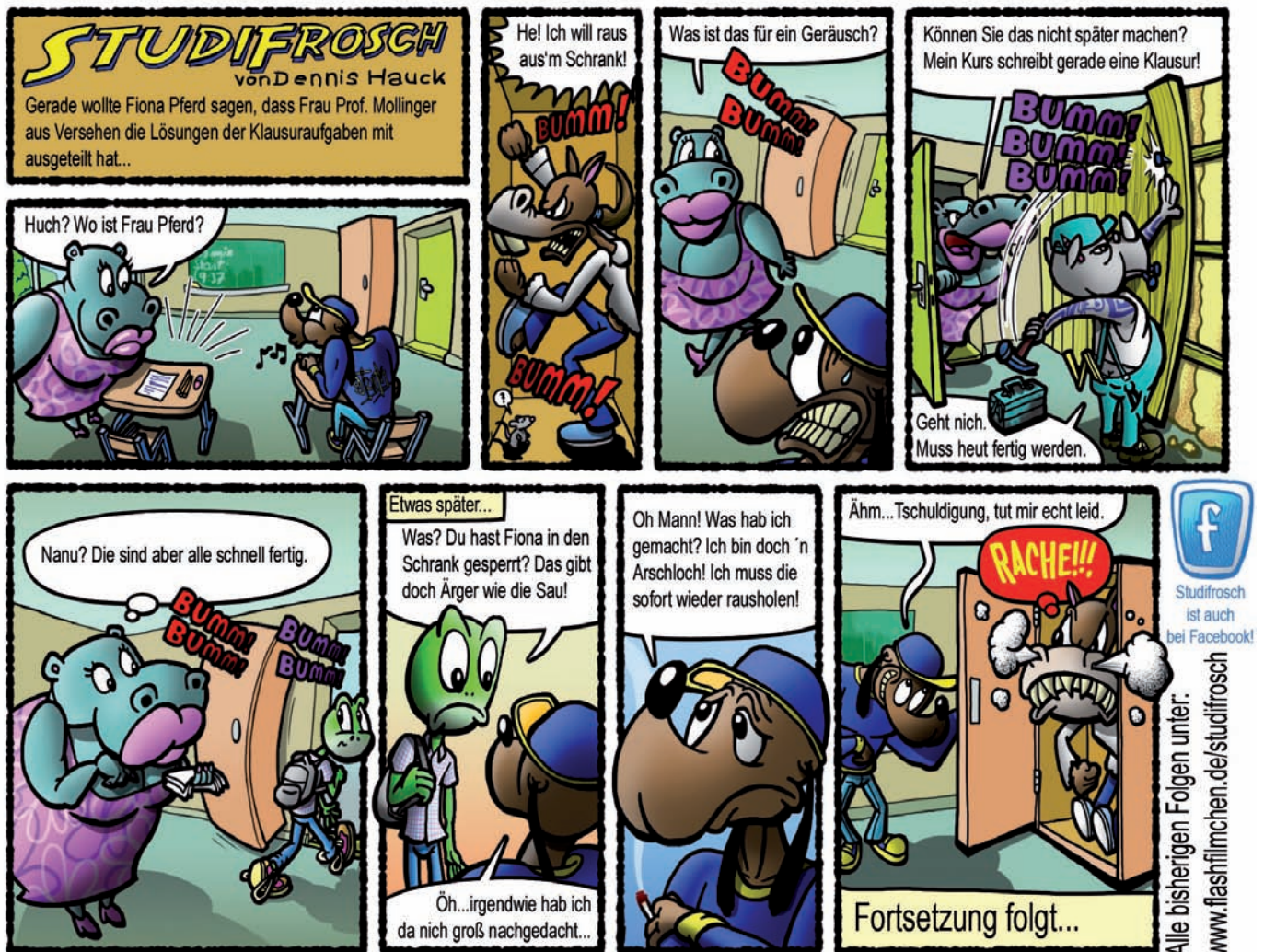
Was? Neben interkultureller Kompetenz werden Elemente des Projektmanagements vermittelt, um die Teilnehmenden in ihrer Arbeit im interkulturellen Kontext gezielt zu unterstützen. Ein wichtiger Fokus liegt auf der produktiven Analyse von Erfahrungen und Problemen, denen Studierende bei ihrem Engagement begegnen und für deren konstruktive Lösung maßgeschneiderte Ansätze entwickelt werden können.

Von wem? PeerNet am KIT ist ein Projekt des ZAK | Zentrum für Angewandte Kulturwissenschaft und Studium Generale in Kooperation mit dem Akademischen Auslandsamt (AAA), gefördert durch das PROFIN-Programm des DAAD und finanziert aus Mitteln des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF).

Mehr Informationen zu dem Projekt des Zentrums für Angewandte Kulturwissenschaften erhalten Sie unter:

www.zak.kit.edu/peernet_am_kit

ZAK



Ausbildungsförderung/BAföG

Beratung und Bearbeitung der Anträge,
Vertriebspartner für den KfW-Studienkredit
Amt für Ausbildungsförderung, Linker
Flügel Mensa am Adenauerring 7, 76131
Karlsruhe, Sprechzeiten Di. 10–12 Uhr und
Do. 13.30–15.30 Uhr
Tel 0721 6909 -177, Fax -222
bafoeg@studentenwerk-karlsruhe.de
bafoeg.studentenwerk-karlsruhe.de

Darlehen

Abt. Rechnungswesen, Studentenhau,
Adenauerring 7, Z.208, 76131 Karlsruhe
Sprechzeiten Mo.–Fr. 9–12 Uhr, Do. auch
13.30–15 Uhr
Tel 0721 6909 -122, Fax -125
fibu@studentenwerk-karlsruhe.de

Kultur

Studentisches Kulturzentrum gGmbH
Adenauerring 7, 76131 Karlsruhe
Tel/Fax 0721 691239
leitung@skuss.uni-karlsruhe.de
www.skuss.uni-karlsruhe.de

Studentenzentrum Zähringerstraße 10 e.V.
Zähringerstraße 10, 76131 Karlsruhe
Tel 0721 375447
z10@uni-karlsruhe.de, www.z10.info

Kulturelle Projekte

Linker Flügel Mensa am Adenauerring 7,
76131 Karlsruhe, Tel 0721 6909 -262,
kis@studentenwerk-karlsruhe.de
kultur.studentenwerk-karlsruhe.de

International Student Center

Allgemeine Auskünfte, Beratung auslän-
discher Studierender, Sprachtandem, KVV-
Ticket, Kulturscheckheft
Linker Flügel Mensa am Adenauerring 7,
76131 Karlsruhe, Sprechzeiten: Mo.–Fr.
10–14 Uhr und nach Vereinbarung

Tel 0721 6909 -204
isc@studentenwerk-karlsruhe.de
http://isc.studentenwerk-karlsruhe.de

Soziales

Haftpflicht- und Gesetzliche Unfallversiche-
rung, Kinderbetreuung
Linker Flügel Mensa am Adenauerring 7,
76131 Karlsruhe, Öffnungszeiten Mo.–Do.
9–12 Uhr und 13:30–15 Uhr, Fr. 9–12 Uhr
Tel 0721 6909 -119, Fax -116
soziales@studentenwerk-karlsruhe.de
soziales.studentenwerk-karlsruhe.de

Fachkundige Rechtsberatung

Wir bieten fachkundige Beratung im
Rahmen unseres Zuständigkeitsbereichs
Studentenhau, Adenauerring 7, Z. 241
Sprechzeiten Di. und Do. 9–12 Uhr und
nach Vereinbarung.
Tel 0721 6909 -109
justitiat@studentenwerk-karlsruhe.de

Mensen & Cafeterien

Abt. Hochschulgastronomie, Adenauerring
7, 76131 Karlsruhe, Tel 0721 6909 -134
verpflegung@studentenwerk-karlsruhe.de
Öffnungszeiten unter: verpflegung.
studentenwerk-karlsruhe.de

Psychotherapeutische Beratungsstelle

Kostenfreie Beratung bei allen studienbe-
zogenen und persönlichen Problemen.

PBS Karlsruhe, Rudolfstr. 20, 76131 Karls-
ruhe, Anmeldung: Mo.–Fr. 9–12 Uhr
Tel 0721 9334060
pbs@studentenwerk-karlsruhe.de
PBS Pforzheim, Hagenschießstr. 1, 75175
Pforzheim, Anmeldung: Mo.–Do. 13:15–14
Uhr, Tel 07231 102132
pbs-pf@studentenwerk-karlsruhe.de
pbs.studentenwerk-karlsruhe.de

Skriptenverkauf

Telzentrale, allgemeine Auskünfte, Skrip-
tenverkauf, Prospektauslage und Stand-
flächenvermarktung im Studentenhau,
Aushang von Jobangeboten
Öffnungszeiten: Mo.–Do. 8–12:30 und
13:30–15:30, Fr.8–12:30 und 13:30-15
Uhr, Studentenhau-Foyer, Adenauerring 7,
76131 Karlsruhe
Tel 0721-6909-294, Fax: 0721 6909-292
promo@studentenwerk-karlsruhe.de

Wohnen

Zimmervermittlung, Wohnheimverwaltung
Studentenhau Am Adenauerring 7, Zim-
mer Z 05 und Z 06 (Wohnheime), Zimmer
Z 09 (allgemeine Auskünfte und Privatzim-
mervermittlung), Adenauerring 7, 76131
Karlsruhe, Besuchszeiten Mo.–Fr. 9:30–12
Uhr, Do. auch 13:30–15:30 Uhr
Privatzimmervermittlung & allgemeine
Informationen: Tel 0721 6909 -192
Wohnheimverwaltung, Tel 0721 6909
-200, Fax 0721 6909 -290

Faxabruf Wohnheimanträge/Informationen:
für Karlsruhe 0721 6909 -290
für Pforzheim 0721 6909 -125
wohnen@studentenwerk-karlsruhe.de
wohnen.studentenwerk-karlsruhe.de

Fundbüro

Alle Vergesslichen sollten bei unserem
Fundbüro vorbeischaun, ob der gelieb-
te Gegenstand, die Mensakarte oder der
Geldbeutel wieder aufgetaucht sind.
Öffnungszeiten: Mo.–Do. 8–12:30 und
13:30–15:30, Fr. 8–12:30 und 13:30-
15.00 Uhr, Studentenhau-Foyer,
Adenauerring 7, 76131 Karlsruhe
Tel 0721-6909-294, Fax: 0721 6909-292

Impressum

Herausgeber

Studentenwerk Karlsruhe AöR
Michael Postert / Adenauerring 7 / 76131 Karlsruhe
Telefon: 0721 6909-0 / www.studentenwerk-karlsruhe.de /
pr@studentenwerk-karlsruhe.de

V.i.S.d.P.

Geschäftsführer Michael Postert

Chefredaktion

Thomas Mosthaf
pr@studentenwerk-karlsruhe.de

stv. Chefredaktion

Nicole Welz
pr@studentenwerk-karlsruhe.de

Gastbeiträge

wie jeweils angegeben.

Tandem

Iris Cserni
isc@studentenwerk-karlsruhe.de

Erscheinungsweise

campusLIFE erscheint monatlich außer August und September
und wird kostenlos in den Mensen und Cafeterien des Studen-
tenwerks Karlsruhe in Karlsruhe und Pforzheim

Spiesepläne

Claus Konrad und Norbert Bittner
verpflegung@studentenwerk-karlsruhe.de

Veranstaltungskalender

Nicole Welz
pr@studentenwerk-karlsruhe.de

Fotos

Titelbild: über shutterstock.com
S. 3 – Studentenwerk Karlsruhe
S. 4 – über shutterstock.com
S. 13 – Stadtmarketing Karlsruhe
S. 14 – Tobias Barz - freier Architekt
S. 15 - über shutterstock.com

Comic

Dennis Hauck / www.flashfilmchen.de/studifrosch

Auflage

6.000

Anzeigenverwaltung

living-C e-commerce-solutions
Herr Wolfgang Müller
Julius-Hatry-Str. 1
68163 Mannheim
Tel.: 0621 / 15020602
Fax: 0621 / 15020619
Mobil: 0160 / 7259981
www.living-c.de
wmueller@living-c.de

Druck

E&B engelhardt und bauer
Käppelestraße 10
76131 Karlsruhe
Tel +49 721 96226-430
Fax +49 721 96226-432

Layout & Satz

ultrabold Kommunikationsdesign GmbH