

SERVUS

STUDENTENWERKSMAGAZIN FÜR MÜNCHEN – FREISING – ROSENHEIM



AUSGABE
04/2019



© oppzone – stock.adobe.com

AUSFLÜGE, WORKSHOPS & VERANSTALTUNGEN
Das Kulturprogramm des Studentenwerks München



DAS NEUE VERANSTALTUNGSPROGRAMM IST DA!



Jedes Semester bietet das Kulturteam des Studentenwerks München Studierenden eine bunte Auswahl an Ausflügen, Workshops, Sportangeboten und Veranstaltungen an – günstig oder sogar kostenlos!

Mit dabei sind unter anderem Klassiker wie Yoga (ab 10.05.), ein Ausflug zum Schloss Neuschwanstein (26.05.) oder die Kanalführung durch die Münchner Unterwelt (25.06.) sowie beliebte Kurse wie „Redesituationen meistern“ (ab 15.05.).

Wer etwas Neues sucht, wird auch dieses Semester fündig: Freuen Sie sich auf ein energiegeladenes Tanztraining im Kurs „Ladies Street Dance“ (ab 08.05.) oder auf den Kochkurs „Happy healthy vegan“ (17.05.). Einen Blick hinter die Kulissen bieten die Besuche der Brauerei Ayinger (06.05.) und der Öko-Bäckerei Hofpfisterei (21.05.). Und für die interkulturelle Verständigung ist die Führung durch die Moschee des Islamischen Zentrums in Freimann eine interessante Gelegenheit (22.05.).

Das Programmheft liegt an den Infopoints in den Mensen aus und natürlich im Studentenhaus in der Leopoldstraße 15.

Alle Angebote und weitere Infos online unter:

www.stwm.de/kultur



© animalfora/fotolia.com

Martin Frank, Beier & Hang, Micha Marx



BENEFIZKABARETT IM TUM AUDIMAX

Zugunsten des „Studentenhilfe München e.V.“ organisieren das Studentenwerk München und die Studentischen Vertretung der TUM am 22. Mai ein Benefizkabarett. Erleben Sie einen Querschnitt aus drei irrwitzigen Kabarettprogrammen: Nachwuchstalents Martin Frank, so frech wie direkt, so bodenständig wie musikalisch und extrem lustig, tritt mit „Es kommt wie es kommt“ auf. Die jungen Rockstars der Kabarettzene Beier & Hang glänzen in „Beklopptimierung“ mit witzigen Sprachspielen. Micha Marx bringt in „Vom Leben gezeichnet“ Kitzel-Comedy auf die Bühne.

22.05.2019, 20.00 Uhr, Audimax der TUM, 20 Euro Normalpreis, 10 Euro Studierende. Weitere Infos zum VVK und zur Veranstaltung unter www.stwm.de, weitere Infos zum Verein unter www.studentenhilfe-muenchen.de

Fotos: Alan Ovaska (Martin Frank); Vincenz Marschall (Beier & Hang); Micha Marx (Micha Marx)

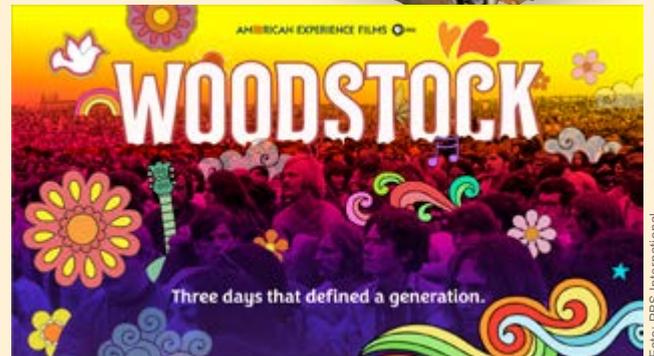
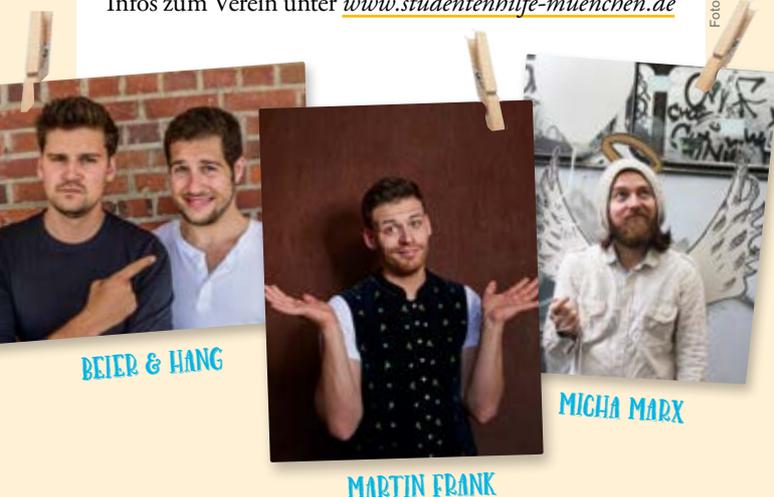


Foto: PBS International

Filmpremiere & After-Show-Party



CULTURECLUBBING GOES DOK.FEST

Kultur und Party in einer Nacht – für Studierende gratis! Das ist das Konzept von cultureclubbing, einer Veranstaltungsreihe des Studentenwerks München. Das erste Event in diesem Jahr findet am 9. Mai statt. Es versetzt die Gäste zurück ins Jahr 1969: Zum 50. Jubiläum des legendären Woodstock-Festivals zeigt das DOK.fest München eine Film-Weltpremiere im Deutschen Theater: Im Dokumentarfilm Woodstock lässt Regisseur Barak Goodman den Spirit des Festivals und seiner Zeit filmisch auferstehen. Organisatoren kommen dabei genauso zu Wort wie damalige Besucherinnen und Besucher.

Danach geht es in den folks! Club am Sendlinger Tor. Die ersten 100 Studierenden im Club erhalten dazu noch ein Freigetränk. Für den Film unter cultureclubbing-goesdokfest.eventbrite.de anmelden. Tickets gibt es dann an der Kasse im Deutschen Theater am Tag des Events ab 19.00 Uhr gegen Vorlage der ausgedruckten oder auf dem Smartphone vorgezeigten Bestätigung.

April SPEISEPLAN

	Montag, 01.04.19	Dienstag, 02.04.19	Mittwoch, 03.04.19	Donnerstag, 04.04.19	Freitag, 05.04.19	Montag, 08.04.19
Pizza				Pizza Capricciosa		
Pasta	Penne Puttanesca (mit Sardellen)	Lasagne Bolognese	Pasta Carbonara	Cornetti mit Basilikumpesto	Farfalle mit mediterraner Gemüsesauce	Schinkennudeln (Vorderschinken)
Grill	Holzfüllersteak vom Schwein	Rinderlende mit Kräuterbutter	Nürnberger Würstchen			Putensteak mit Kräuterbutter
Wok	Rindfleischstreifen Spicy Ginger mit Bambussprossen	Schweinefleisch auf chinesische Art	Paella mit Meeresfrüchten und Hähnchenfleisch	Gebratene Chinanudeln mit Wokgemüse und Ei		Rotes Curry vom Rind
Vegan	Mexikanischer Reistopf mit Bohnen, Paprika und Mais	Reis mit asiatischem Gemüse und Koriander	Linseintopf	Orientalischer Bulgur mit Kichererbsen und Mango	Indisches Linsencurry	Graupen-Gemüse-Pfanne
Veggie	Schupfnudelpfanne mit frischem Gemüse	Countrykartoffeln mit Sahnequark und Petersilie	Kartoffel-Zucchini-Auflauf mit Paprikasauce	Grünkohl-Hanf-Bällchen mit Schnittlauchdip	Südtiroler Schlutzkrapfen auf Schwarzwurzeln	Gemüseauflauf mit Kräutersauce
Fleisch	Hähnchenknusperfilet mit Mango-Chili-Dip	Cordon bleu vom Schwein (mit Formfleisch-Kochschinken)	Münchner Gulasch vom Rind	Halbe Schweinshaxe mit Biersauce	Krautwickerl mit Speck-Zwiebel-Sauce	Chili con Carne
Fleisch	Klassische Rinderroulade mit Senf-Gemüse-Sauce	Ofenfrischer Leberkäse	Schweineschnitzel natur mit Jägersauce	Pfannengyros vom Hähnchen mit Tsatsiki		Lammgulasch nach Art der Provence
Fisch		Gebackene Calamari-Ringe mit Zitronen-Knoblauch-Dip			Scharfes Seelachsfilet Hanoi	
Süßspeise					Pfannkuchen mit Mascarpone-Erdbeerfüllung	

GESCHLOSSEN IM APRIL:

Bereich LMU: StuBistro^{Mensa} Goethestraße (18.04.), StuBistro^{Mensa} Schillerstraße (01.04. bis 22.04.), StuBistro^{Mensa} Schellingstraße (18.04.), StuBistro^{Mensa} Martinsried (bis 22.04.), StuLounge BioSys Großhadern (18.04.) / **Bereich TUM:** StuCafé Olympiapark (01.04. bis 07.04. sowie 13.04. bis 22.04.), StuCafé Boltzmannstraße (18.04.), StuCafé Akademie Weihenstephan (18.04.), StuLounge Weihenstephan (18.04.) / **Bereich Hochschule für Musik und Theater:** StuBistro^{Mensa} Arcisstraße (19.04. bis 23.04.)

Bereich Hochschule München: Mensa Lothstraße (18.04. bis 23.04.), StuCafé Heßstraße (18.04. bis 23.04.), StuCafé Karlstraße (18.04. bis 23.04.), Mensa Pasing (18.04. bis 23.04.), StuCafé Pasing (18.04. bis 23.04.) / **Bereich Hochschule Rosenheim:** StuBistro^{Mensa} (18.04. bis 23.04.) / **Bereich Benediktbeuern:** StuBistro^{Mensa} (bis 15.04. bis 23.04.)

● Leopoldstraße / ♣ Garching / ▲ Arcisstraße / ■ Lothstraße / ★ Martinsried / ♦ Pasing / ◆ Weihenstephan

Dienstag, 09.04.19	Mittwoch, 10.04.19	Donnerstag, 11.04.19	Freitag, 12.04.19	
				Pizza
Tortellini mit Ricotta-Spinat-Füllung in Kräutersauce ♣ ■ ★ ♦ ◆	Spaghetti Bolognese ● ♦ ◆	Dinkelnudelpfanne Griechische Art mit Oliven und Schafskäse ● ♣ ▲ ■ ★ ♦ ◆	Gnocchi in pikantem Hähnchen-Gemüse-Ragout ● ♣ ■ ★	Pasta
	Hähnchen mit warmer Gemüsesalsa (scharf) ● ▲ ■ ★	Schweinefilet mit Sauerrahm und Apfel-Zwiebelsauce ●		Grill
Schweinefleisch auf chinesische Art ★ ♦		Hähnchenbrust Thai-Style mit Gemüse ● ■ ★ ◆		Wok
Kräuterpolenta mit Tomatenragout ● ♣ ▲ ■ ★ ♦ ◆	Pikantes Kartoffelchili ● ♣ ▲ ■ ★ ♦ ◆	Pichelsteiner Gemüseintopf ● ♣ ▲ ■ ★ ♦ ◆	Zartweizen mit Gemüse ● ♣ ▲ ■ ★ ♦ ◆	Vegan
Lasagne mit Gemüse und Spinat ● ♦ ◆	Kaspressknödel in Gemüsebouillon ● ◆	Gemüse-maultaschen mit Kräutersauce ● ♦ ◆	Kartoffeltortilla mit Spinat und Tomatensauce ♦ ◆	Veggie
Halbes Hendl mit Bratensauce ▲ ■	Andalusisches Rinderragout ♣ ▲ ■ ★	Bierbrat! mit Biersauce ▲ ■ ★	Pfannengyros vom Schwein mit Tsatsiki ▲ ■	Fleisch
Schweineschnitzel Wiener Art ♣ ▲ ■ ◆	Beef Burger ♦ ◆	Schweinebraten mit Biersauce ♣		Fleisch
Seelachsfilet (MSC) Florentiner Art mit Blattspinat ★			Gebratenes Seelachsfilet (MSC) kreolische Art ● ▲ ■ ★ ♦ ◆	Fisch
	Apfelmüchli mit Vanillesauce ●		Germknödel gefüllt mit Pflaumenmus dazu Vanillesauce ● ♣ ■ ◆	Süßspeise



© Stillkost – stock.adobe.com

Ab sofort

NEUER SPEISE PLAN!



VOLLER ÜBERBLICK

Das komplette Tagesangebote von vegan bis Fisch finden Sie von oben nach unten. Die Wochentage von links nach rechts.



PUNKT, STERN, DREIECK

Jede Mensa hat ein eigenes Symbol. So sehen Sie auf einen Blick, welche Gerichte es heute in Ihrer Lieblingsmensa gibt.

KENNEICHNUNGEN:

Klimaschonende Speise / Ohne Fleisch / Vegan / Mit Schweinefleisch / Mit Rindfleisch / mit Geflügel / mit Lamm / mit Wild / Mit Fisch / MSC-Siegel für nachhaltig gefangenen Fisch / Bioessen kontrolliert durch Kontrollstelle DE-ÖKO-006 / **BO** „BayernOX“: GQB-Rindfleisch aus den Gebieten Miesbach, Traunstein und Weilheim / „Geprüfte Qualität Bayern“ (GQB) für Rindfleisch und Kartoffeln / Bio-Bayern-Siegel / ggA: Geschützte geografische Angabe, weißer Spargel

aus Schrobenhausen / gU: Geschützte Ursprungsbezeichnung → Die Allergen- und Zusatzstoffkennzeichnung zu unseren Essen finden Sie auf den jeweiligen Thekenaufstellern in den Mensen.



April SPEISEPLAN

	Montag, 15.04.19	Dienstag, 16.04.19	Mittwoch, 17.04.19	Donnerstag, 18.04.19	Freitag, 19.04.19	Montag, 22.04.19
Pizza	Pizza Regina mit Schinken und Champignons	Pizza mit Oliven, Sardellen und Kapern	Pizza Rucola Pomodoro	Pizza Salami		
Pasta	Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Füllung und Tomatensauce	Dinkelnudeln mit Hackfleisch, Mozzarella und Zucchini	Farfalle mit mediterraner Gemüsesauce	Lasagne mit Spinat und Räucherlachs		
Grill		Holzfällersteak vom Schwein	Hähnchenspieß mit fruchtiger Sauce	Gemüsespieß vom Grill		
Wok	Chinapfanne mit Putenfleisch		Zarzuella (Spanische Fischpfanne mit Meeresfrüchten)	Rendang (Indonesisches Rindergulasch)		
Vegan	Bulgur mit Karotten, Fenchel und Sellerie	Borschtsch mit Kraut, Kartoffeln und Roter Bete	Mexikanisches Chili	Kartoffeleintopf mit Majoran	KAR-FREITAG	OSTER-MONTAG
Veggie		Kartoffeltaschen mit Kräuterfrischkäse	Geröstete Maultaschen mit Lauchzwiebeln	Senner Rösti mit Tomate und Käse überbacken		
Fleisch	Alm-Cordon bleu gefüllt mit Bergkäse und rohem Schinken	Kalbsrahmgulasch mit Champignons	Münchner Schnitzel mit Senf-Meerrettichkruste	Hackbraten mit Rahmsauce		
Fleisch	Rinder-geschnetzeltes Stroganoff		Hähnchenbrust mit Djuvecreis und Bohnen	Schaschlik		
Fisch	Pasta Frutti di Mare	Südfranzösischer Fischtopf mit Meeresfrüchten und Gemüse				
Süßspeise			Apfelstrudel mit Vanillesauce			

AOK
Die Gesundheitskasse. BAYERN

Power dich aus!
Die AOK-Bewegunginsel am Olympiasee - 9 Geräte, kostenfrei, ganzjährig.

Einfach nah. Meine AOK.

Pfirsich-Lassi geschenkt!

Wann?
23. April, solange der Vorrat reicht in diesen Mensen: Leopoldstraße, Arcisstraße, Martinsried, Garching, Weihenstephan

Einen guten Start ins Semester wünscht Ihre Hochschulgastronomie des Studentenwerks.

Studentenwerk München

© geografika / Fotolia.com

Dienstag, 23.04.19	Mittwoch, 24.04.19	Donnerstag, 25.04.19	Freitag, 26.04.19	Montag, 29.04.19	Dienstag, 30.04.19	
Pizza mit Vorderschinken	Pizza Diavolo	Pizza mit Champignons	Pizza mit Spinat und Mozzarella	Pizza mit Vorderschinken, Mais, Paprika	Pizza Calabria mit Tomate, Gouda, Salami	Pizza
Penne all'amatriciana	Pasta di Manzo mit Rindfleischstreifen (GQB)	Rigatoni mit Pesto rosso	Pasta mit Gemüsebolognese	Penne all'arrabiata	Pasta mit Gorgonzolasauce	Pasta
Gebratene Putenbruststreifen mit Ajvar	Putensteak mit Kräuterbutter	Bratwurstschnecke auf Sauerkraut		Schweinehalssteak mit Kräuterbutter	Rumpsteak mit Schmorzwiebeln	Grill
Gebratenes Schweinefleisch HoiSin Art	Arabisches Fischcurry	Indisches Puten-geschnetzeltes	Jambalaya Louisiana mit Shrimps und Hähnchen	Hähnchenbruststreifen in scharfem Gemüse	Asia-Pfanne mit Schweinefleisch	Wok
Orientalische Reispfanne mit Sojahack	Bulgur indische Art	Pikante Hirse mit Gemüse	Linseneintopf mit Gemüse	Gemüsegulasch	Auberginen-Kichererbsencurry	Vegan
Thailändische Frühlingssrolle	Knöpflepfanne mit Gemüse und Pilzen	Blumenkohlaufauf mit Käsesauce		Spinatknödel Tiroler Art mit Bergkäse	Quiche mit grünem und weißem (g.g.A.) Spargel	Veggie
Schweinesteak mit Schinken und Käse überbacken	Schweinesteak Strindberg mit Senf-Zwiebelkruste	Hähnchenkeule mexikanische Art	Hähnchenschnitzel mit Tomate und Mozzarella	Rindergeschnetzeltes (GQB) Stroganoff	Piccata von der Pute mit Salbei	Fleisch
Rindergulasch (GQB) mit Semmelknödel	Münchner Biergulasch (GQB)	Lammbraten in Oliven-Rosmarin-Sauce		Balinesisches Kokoshähnchen	Hähnchenknusperfilet mit Mango-Chili-Dip	Fleisch
Kartoffeltortilla mit Thunfisch und Spinat			Wildlachs (MSC) auf Blattspinat		Schollenfilet (MSC) Finkenwerder Art	Fisch
			Millirahmstrudel mit Äpfeln und Vanillesauce	Pfannkuchen mit Kirschfüllung		Süßspeise

IMPRESSUM
AUSGABE 04 / 2019

HERAUSGEBER: Studentenwerk München, Dr. Ursula Wurzer-Faßnacht (Geschäftsführerin), Leopoldstr. 15, 80802 München
 REDAKTION: Ingo Wachendorfer (verantwortlich), Sophie Plessing, Leslie Hauser, Julia Wölflie KONTAKT: Telefon: +49 89 38196-148, E-Mail: presse@stwm.de SATZ UND LAYOUT: elementare teilchen GmbH
 HERSTELLUNG UND DRUCK: Druckerei Joh. Walch GmbH & Co., Im Gries 6, 86179 Augsburg
 UMWELTHINWEIS: servus ist auf ökologisch einwandfreiem Papier sowie CO₂-kompensiert gedruckt.
 Die Herstellung und die Nachhaltigkeit werden überwacht. AUFLAGE: 13.000
 ANZEIGEN: Deutsche Hochschulwerbung und -vertriebs GmbH, Telefon: +49 211 74495564-0, E-Mail: info@hochschulwerbung.de
 servus wird kostenlos in den Einrichtungen des Studentenwerks München und an den vom Studentenwerk betreuten Hochschulen verteilt.