

Montag

Dienstag


Mittwoch


Donnerstag

Freitag


Vorspeise

 Kräuterquark mit
Leinöl (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

 Kräuterquark
mit Leinöl (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €


 Glasnudelsalat
mit Koriander (6,7,21a,28)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

 Schopskasalat
mit Schafskäse (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €


 Marokkanischer Couscous
Salat mit Minze und
Joghurt (7,21a,30,36,29)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Salat


 Kleine Salat-
schale (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
 Große Salat-
schale (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


 Salatteller
Spezial mit marinierten
Tofu und schwarzem
Sesam (28,31)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €


 Kleine Salat-
schale (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €


 Große Salat-
schale (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


 Salatteller
Spezial mit Mozzarella und
getrockneten Tomaten (6,
30,32)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €


 Kleine Salat-
schale (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

 Große Salat-
schale (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

 Salatteller
Spezial mit marinierten
Sojastreifen und
geröstetem Sesam (28,31)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

 Große Salat-
schale (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


 Kleine Salat-
schale (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

 Salatteller
Spezial mit gerösteten
Cashewkernen und Mango
(26d)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €


 Kleine Salat-
schale (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €


 Große Salat-
schale (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


Suppe

 Berliner Kartoffel-
suppe mit Möhren und
Knollensellerie (27,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

 Cremesuppe von
Romanesco (7,28,36)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

 Tomatensuppe
mit frischem Basilikum
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €


 Brokkolisuppe
(28,36)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

 Kräutersuppe
mit Sojasahne und
Tomaten (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €





Montag

Aktion



   Hausgemachte Dinkel-Pasta mit Pilzsauce, geräuchertem Tofu (7,21e,28)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €




  Pommes Steakhouse Fritten

1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Dienstag

  Currywurst mit Pommes frites und Coleslaw (2,4,7,14,35,29)

6,95 € | 7,65 € | 8,35 €


   Hausgemachte Pasta mit Tomatensauce, gebackener Aubergine und frischem Basilikum (21a,27)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €



  Pommes frites

1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Mittwoch




   Dönerteller mit Pommes, Salat und Kalbsfleisch (21a,28,30,29)

6,45 € | 7,10 € | 7,75 €




  Hausgemachte Pasta mit Olivenöl, Knoblauch, Chili und frischer Petersilie (6,21a)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Donnerstag




   Hausgemachte Kartoffelpuffer, Apfelmus (21a,23)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

   Hausgemachte Pasta Tricolore an Champignonsauce mit frischer Petersilie (7,21a,28,36)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Freitag

   Gemüsepfanne mit frischem Ingwer und gerösteten Erdnüssen auf Duftreis (25,27,28,29)

6,95 € | 7,65 € | 8,35 €



Montag

Essen

3 Grünkohl--
Hanf-Bällchen an
Kokos-Curry-Sauce
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Edamame Bratling
an Tahin-Dip mit frischen
Kräutern (7,28,31)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

3 Gemüsebällchen
an Kokos-Curry-Sauce
(21a,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Quinoa-
Gemüse-Pfanne mit roten
Bohnen und Tahin-Dip
(27,28,31)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Tessiner Pilz-
risotto (7,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vanillegrieß
mit Heidelbeeren, Zucker
und Zimt (7,21a,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Dienstag

Edamame Bratling
an Tahin-Dip mit frischen
Kräutern (7,28,31)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Berliner Boulette
vom Schwein und Rind an
Zwiebel-Majoran-Sauce
(2,14,21a,23,30,36,29)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Paprikaschote mit
Gemüse-Füllung an
Tomaten-Sauce (21a,27,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Glasnudeln
mit Gemüse, süß-scharfem
Chinakohl und Sesam
(28,31)
1,90 € | 3,80 € | 4,35 €

Blumenkohl-
eintopf indische Art mit
Tomaten, Kichererbsen und
Koriander (7)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Tessiner Pilzrisotto
(7,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Germknödel mit
Pflaumenmusfüllung, Mohn-
zucker (21a,23,30,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Mittwoch

Indisches
Gemüseragout mit Ingwer
und Erbsen Chunks (7,26a)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Paniertes
Schnitzel aus Weizeneiweiß
an Bratensauce (21a,36)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Buchweizen-Linsen-
Pfanne mit Rosinen und
Erdnussauce (6,7,25,28,31)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Nudelaufauf
mit Tomaten und Kräutern
(8,21a,27,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vier Eierpfann-
kuchen mit Apfelmus
(21a,23,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Donnerstag

Puten-
geschnetzeltes mit
Champignons (7,30,36)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Zwei Rote
Beete Puffer an Petersilien-
sauce (7,21a,28)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Kartoffel-
pfanne mit Weißkohl,
Walnusskerne und
Kräuter-Dip (7,21d,26a,26c)
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Brandenburger
Erbseneintopf mit Wurzel-
gemüse und Blattpetersilie
(27,29)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Sahniger Milch-
reis mit Zimt, Zucker und
Sauerkirschsauce (7,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Freitag

Forellenfilet in
Mandelpanade an Estragon-
sauce (7,21a,24,26a,30,36)
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Zwei
gebackene Kartoffel-
taschen mit Frischkäse-
füllung an
Basilikum-Quark-Dip (7,30)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


Weizen-
körner mit Tofu und Porree
in Tomatenragout (7,21a,28)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Vollkorn-
nudeln an
Champignonsauce mit
frischer Petersilie (7,21a,
28,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €






Haselnuss-Grieß mit
Zucker, Zimt und Wald-
beerensauce (7,21a,26b,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Montag

Beilage

-  Romanesco
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Porree mit
Champignons (7,8,28,32)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Penne rigate (21a)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Gemüserais
(27)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Dienstag

-  Erbsen-
Mais-Gemüse (36)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Sauerkraut
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Hausgemachtes
Kartoffelpüree (30)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Parboiledreis
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €



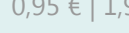
Mittwoch

-  Brokkoli
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Weiße Bohnen
mit Tomaten
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Petersilien-
kartoffeln
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Rosmarin-
kartoffeln
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Grünkernreis
(21e)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €




Donnerstag

-  Zweierlei
Karotten
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Würzige
Auberginen
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Spätzle (21a)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Naturreis
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €




Freitag




-  Rosenkohl
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Balkangemüse
(27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Hausgemachter Kartoffel-
salat Essig/Öl (13,36,29)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Basmatireis
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €




Dessert

-  Sauerkirschquark
(7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Bananenjoghurt mit
Honig (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Vanillepudding
(7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Erdbeerquark
(7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Apfel-
Zimt-Joghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Vanillepudding (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Joghurt mit
Honig und Sesam (30,31)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Heidelbeer-
quark mit Sonnenblumen-
kernen (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Mandel-
pudding (26a,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Waldbeer-
joghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Pflaumenquark
mit Nüssen (7,26b,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Pistazien-
pudding (26g,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Birnen-
Hafer-Joghurt (21d,26a,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Himbeer-Kokos-Quark (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Nougat-
pudding (26b,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Kennzeichnung

Stand: 27.06.2022

Zusatzstoffe

- 3 Alkohol
- 4 Geschmacksverstärker
- 5 gewachst
- 6 konserviert
- 7 Antioxidationsmittel
- 8 Farbstoff
- 9 Phosphat
- 10 geschwärzt
- 12 enthält eine Phenylalaninquelle
- 13 Süßungsmittel
- 19 geschwefelt
- 20 kann abführend wirken

Sonstiges

- 2 Schweinefleisch bzw. m. Gelatine vom Schwein
- 14 mit zum Teil fein zerkleinertem Fleischanteil
- 16 koffeinhaltig
- 17 chininhaltig
- 35 Nitritpökelsalz
- 36 Hefe

Allergene

- 21 **Glutenhaltiges Getreide:**
 - 21a Weizen 21b Roggen 21c Gerste
 - 21d Hafer 21e Dinkel 21f Kamut
- 22 **Krebstiere**
- 23 **Eier**
- 24 **Fisch**
- 25 **Erdnüsse**
- 26 **Schalenfrüchte:**
 - 26a Mandeln 26b Haselnuss 26c Walnuss
 - 26d Kaschunuss 26e Pecannuss 26f Paranuss
 - 26g Pistazie 26h Macadamia
- 27 **Sellerie**
- 28 **Soja**
- 29 **Senf**
- 30 **Milch und Milchprodukte (inkl. Laktose)**
- 31 **Sesam**
- 32 **Schwefeldioxid und Sulfide**
- 33 **Lupine**
- 34 **Weichtiere**

 <p>Eher selten – am besten mit Grün kombinieren. Diese Gerichte haben eine sehr geringe Nährstoffdichte. Fettreiche Milchprodukte und Fleisch, sowie panierte Gerichte sind oft Bestandteil dieser Gerichte. Auch frittierte Speisen fallen in diese Kategorie.</p>	 <p>Das Gericht verbessert die CO₂-Bilanz wesentlich. Der CO₂-Wert dieses Gerichts liegt unter der Hälfte des Durchschnitts-CO₂-Werts aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Nachhaltige Fischerei: Es wird auf eine bestandsschonende Fischerei und nachhaltige Fangmethoden geachtet.</p>
 <p>Eine gute Wahl – immer mal wieder. Diese Gerichte besitzen eine mittlere Nährstoffdichte. Die Gerichte enthalten in Maßen Zucker und Fett. Vor allem Milchprodukte und kohlenhydratreiche Zutaten finden sich in diesen Gerichten wieder.</p>	 <p>Das Gericht verbessert die CO₂-Bilanz leicht. Der CO₂-Wert dieses Gerichts liegt unter dem Durchschnitts-CO₂-Wert aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Nachhaltige Landwirtschaft: Lebensmittel aus nachhaltiger Erzeugung: Diese Gerichte sind aus Lebensmitteln, die beispielsweise die regionale Herkunft des Fleisches sicherstellen. Die Haltung der Tiere entspricht dem Tierschutzgesetz und ist artgerecht. Gentechnisch veränderte Futtermittel sind verboten, zudem muss das Tierfutter aus nachhaltig erzeugten Futtermitteln bestehen. Wachstumsbeschleuniger, Medikamente zur Leistungsförderung sowie Antibiotika sind ebenfalls verboten. Für die verwendeten pflanzlichen Produkte gilt, dass kein Einsatz von synthetischen Pflanzenschutzmitteln und leichtlöslichen mineralischen Düngemitteln erfolgen darf. Ionisierende Strahlung zu Konservierungszwecken wird nicht eingesetzt, ebenso keine Gentechnik.</p>
 <p>Die beste Wahl – je öfter, desto besser. Diese Speisen besitzen eine gute ernährungsphysiologische Qualität, denn sie haben eine hohe Nährstoffdichte und eine geringe Energiedichte. Der Anteil von Fetten ist gering. Es wird eine gesundheitsfördernde Garmethode angewendet.</p>	 <p>Das Gericht verschlechtert die CO₂-Bilanz. Der CO₂-Wert dieses Gerichtes liegt über dem Durchschnitts-CO₂-Wert aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Fairtrade: mit Bestandteilen aus fairem Handel</p>
	 <p>Der Wasserverbrauch für dieses Gericht liegt unter dem durchschnittlichen Vergleichswert aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Vegetarisch: Gerichte werden ohne Fisch- und Fleischzutaten zubereitet. Milchprodukte und Ei können enthalten sein.</p>
	 <p>Der Wasserverbrauch für dieses Gericht ist doppelt so hoch wie der durchschnittliche Vergleichswert aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Vegan: Gerichte werden ausschließlich aus veganen Rohstoffen zubereitet. Es sind keine tierischen Rohstoffe enthalten.</p>
	 <p>Der Wasserverbrauch für dieses Gericht ist mehr als doppelt so hoch wie der durchschnittliche Vergleichswert aller betrachteten Speisen.</p>	 <p>Klimaessen: Das Klimaessen setzt sich aus frischen, rein pflanzlichen und nachhaltigen Produkten zusammen. Es wird auf Reis, vorgefertigtes Kartoffelpüree und Pommes Frites, sowie auf vorgefertigte Produkte, wie Brokkoli-Ecken oder Sesamschnitten verzichtet. Es werden weiterhin keine Tiefkühlprodukte, Trockenprodukte und auch Konserven verwendet. Getreideprodukte wie Dinkel, Buchweizen, Bulgur, Hirse und Amarant oder auch andere eiweißhaltige Lebensmittel, wie Nüsse, Gemüse und pflanzliche Öle, sind wesentliche Bestandteile des Klimaessens. Auch wird noch mehr auf Saisonalität geachtet werden.</p>

Bei der Herstellung unserer Speisen verwenden wir jodiertes Speisesalz.

Mit der EU-Verordnung Nr. 1169/2011 sind ab dem 13.12.2014 neben zugelassenen Zusatzstoffen, auch allergie- und intoleranzauslösende Lebensmittel sowie Inhaltsstoffe zu kennzeichnen. Eine Nennung von Allergenen erfolgt, wenn die bezeichneten Stoffe oder daraus hergestellte Erzeugnisse als Zutat im Endprodukt enthalten sind.

Trotz sorgfältiger Herstellung unserer Gerichte, können neben den gekennzeichneten Zutaten, Spuren anderer Stoffe enthalten sein, die im Produktionsprozess in der Küche verwendet werden oder als Spuren bereits in den angelieferten Lebensmitteln enthalten sind.