



## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag

### Vorspeise

Curd cheese with herb and linseed oil (30)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Curd cheese with herb and linseed oil (7,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €  
 Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (30)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

### Salat

Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €  
 Small salad bowl (13,27)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €  
 Large salad bowl (13,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Salad plate special with boiled egg and marinated beans (6,23,32)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €  
 Large salad bowl (13,27)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €  
 Small salad bowl (13,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Salad plate special with boiled egg and marinated beans (28)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €  
 Special salad plate with marinated mushrooms and roasted pumpkin seeds (6,23,32)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €  
 Large salad bowl (13,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €  
 Small salad bowl (13,27)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Salad plate special with grated cheese and cherry tomatoes (30)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €  
 Large salad bowl (13,27)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €  
 Small salad bowl (13,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Special salad plate with mozzarella and sun-dried tomatoes (6,30,32)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €  
 Small salad bowl (13,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €  
 Large salad bowl (13,27)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

### Suppe

Vegetable soup (7,27,28,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Potato cream soup (27,30,36,29)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Indian tomato soup with coconut milk (31)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Hearty cabbage soup (7,28,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Mediterranean bouillon with herbs and olives (7,27,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

## Montag

### Aktion

- 
 French fries  
 1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- 



 curry sausage with fries and coleslaw (2, 4, 7, 14, 35, 29)  
 6,95 € | 7,65 € | 8,35 €
- 




 Homemade pasta with cereal bolognese and cheese (7, 8, 21a, 21b, 21e, 27)  
 2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

## Dienstag

- 
 Quinoa--Chili-Burger with Mango-Dip (7, 21a, 23, 30, 33, 6, 29)  
 6,95 € | 7,65 € | 8,35 €
- 


 French fries  
 1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- 


 Fusili with cereal bolognese, fresh basil and vegan cheese melting. (7, 8, 21a, 21b, 21e, 27)  
 2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

## Mittwoch

-  Kebab plate with chips, salad and veal (21a, 28, 30, 29)  
 6,45 € | 7,10 € | 7,75 €
- 



 Homemade pasta with olive oil, garlic, chili and fresh parsley (6, 21a)  
 2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- 

 Marinated soy stripes with lemongras, mushrooms pepper and rice (27, 28)  
 5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

## Donnerstag

- 


 Kebab plate with chips, salad and veal (21a, 28, 30, 29)  
 6,45 € | 7,10 € | 7,75 €
- 



 French fries  
 1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- 



 Spelled Pasta Tomato sauce with soft cheese (21e, 27, 30)  
 2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

## Freitag

- 



 Homemade wholemeal pasta with carrot celery sauce, fresh parsley and toasted walnuts. (7, 21a, 26c, 27, 28)  
 2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- 



 Marinated soy stripes with lemongras, mushrooms pepper and rice (27, 28)  
 5,95 € | 6,55 € | 7,15 €



## Montag

### Essen

6 Lentil Millet Balls with mushroom sauce (7,28)  
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Crunchy style fried patty on lemon turmeric sauce (7,21a,21d,28)  
1,55 € | 3,10 € | 3,55 €

Pumpkin-chi-aseeds-Medallion on lemon turmeric sauce (7,21a,28)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Green spelt--white beans pan with white cabbage, carrots and beet (7,21e)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Vegetable polenta Mediterranean ratatouille with (7,28,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

soy milk rice with sugar, cinnamon with sour cherry sauce (7,28)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Dienstag

Beet buffer Herb sauce (7,21a,28)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Thinly sliced beef Stroganoff style with cucumber,beetroot and mushrooms (13,30,36)  
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Beefsteak with gravy (14,21a,23,36)  
3,45 € | 6,90 € | 7,95 €

yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar with vanilla sauce (21a,23,30,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Mittwoch

Minced roll of wheat protein stuffed with tomato Spicy-Chili-Dip (6,7,28,36)  
1,35 € | 2,70 € | 3,10 €

Beet buffer Herb sauce (21a,36,29)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Soy gulash meat Szeged style (7,21a,28)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Moroccan-style barley with figs, fresh mint (7,21c,31,29)  
2,10 € | 4,20 € | 4,85 €

Noodle casserole with peanuts and white beans (7,8,21a,25,28,29)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vegetable polenta Mediterranean ratatouille with (7,28,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Donnerstag

Asian vegetable pan with turkey (28,31,29)  
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Two spelt patties on herbal cream sauce (7,21a,21e,23,28,30,36)  
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Kale and potato pan with onions and hazelnuts (26b)  
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Lentil stew with root vegetables (27,29)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and Blackberry sauce (7,30)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Freitag

Broccoli nut patty with mango curry sauce (7,13,24,30,29)  
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Baked pollock fillet in rice breeding with remoulade sauce (7,8,21a,21d,26a,26b,27,36,29)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Rye and vegetable pan with marinated tofu and sunflower seeds (7,21b,27,28)  
2,95 € | 5,50 € | 6,80 €

Reis with eggplant, mint and almonds (21a,26a)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vanilla semolina pudding with blueberries and sugar and cinnamon (7,21a,30)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



## Montag

### Beilage

- Broccoli with almonds (26a)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Turnip greens with pumpkin seeds (7,28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Fusili (21a)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Dienstag

- Turnip cabbage  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mediterranean style vegetables (7,8,32)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Spaetzle (21a)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

- Balkan style vegetables (27)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Okra with tomatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Baked potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice with olives (7)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

- Carrots with ginger (36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Needle beans  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mashed sweet potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Basmati rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Freitag

- Leipzig style vegetables (36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Leaf spinach in soy cream (28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Fried potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Brown rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

### Dessert

- Strawberry curd (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Poppy seed yogurt with tangerines (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Indian style rice pudding with raisins, almonds and cardamom (25,26a,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Raspberry cream quark (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana yoghurt with honey (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Blueberry curd with sunflower seeds (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Yoghurt with honey and sesame seed (30,31)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana pudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Curd with Plum with nut (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Wortleberry yoghurt (7,26b,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pistachios pudding (26g,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Pear-oat-yogurt (21d,26a,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Raspberry coconut curd (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 <b>verbessert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz <b>wesentlich</b>. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichts liegt unter der Hälfte des Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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 <b>verbessert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz <b>leicht</b>. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichts liegt unter dem Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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 <b>verschlechtert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichtes liegt über dem Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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.