





	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	
Salat	Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 €	Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 €	Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Small salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Large salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 €
Dressing	American dressing (7,28) herb dressing (7,28,29) French dressing (7,28,29)	American dressing (7,28) herb dressing (7,28,29) French dressing (7,28,29)	herb dressing (7,28,29) French dressing (7,28,29) American dressing (7,28)	American dressing (7,28,29) French dressing (7,28) herb dressing (7,28,29)	herb dressing (7,28,29) French dressing (7,28) American dressing (7,28,29)
Suppe	Lentil soup (27,29) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Vegetable soup (7,27,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Curry and vegetable soup (7,26a) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	White bean soup 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Potatoes- mushrooms creme soup (27,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €





Montag



Aktion

    Pasta Tomato sauce with soft cheese (21a,27,30)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €





  Tarte flambée with fresh onions and flakes (7, 21a,30,36)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €


  Asian stir-fry with soybean sprouts and basmati rice (7,28,29)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



Dienstag

    Pasta with wild mushroom sauce and herb (21a,28)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €





   Margherita pizza with fresh basil (21a,30,36)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

  Sliced beef with sesame, leeks, cabbage, and Chinese noodles (21a,28,31)

6,95 € | 7,65 € | 8,35 €



Mittwoch

    Beet gnocchi with pointed cabbage and slices (21a)

5,95 € | 6,55 € | 7,15 €





    Spaghetti with basil pesto (21a,25,30)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €





  Pizza with brokkoli-feta and red onions (21a,30,36)

5,95 € | 6,55 € | 7,15 €



Donnerstag

    Spaetzle vegetable pan with onions and cheese (7,21a,30)

5,95 € | 6,55 € | 7,15 €





    Pasta with tomato and zucchini sauce (21a)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €



  Pizza with broccoli and soft cheese (21a,30,36)

5,95 € | 6,55 € | 7,15 €



Freitag

    curry sausage with fries and coleslaw (2, 4,7,14,35,29)

6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

  Pasta Vegetable sauce asia style sweet--sour with soy stripes (21a,28)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

  Margherita pizza (21a,30,36)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



Montag

Essen



Pumpkin-chi-aseeds-Medallion Herb sauce (7,21a,28)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

3 vegetable balls with chickpea and coconut sauce (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Fruity vegetable curry with coconut milk and rice (7,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Small Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Dienstag

Two cooked eggs in mustard sauce (2,29)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Thuringian style bratwurst with mustard and onion sauce (7,23,30,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Loubia - Moroccan white bean stew with savoy cabbage

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Two pancakes with apple sauce (21a,23,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Four pancakes with apple sauce (21a,23,30)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Mittwoch

Breaded cutlet from wheat protein with gravy (21a,36)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Sweet and sour soy slices with bamboo shoots, red bell pepper and pineapple (28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Carrot--broccoli casserole with potato slices and cheese au gratin (23,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Small Vanilla corn semolina porridge with Red fruit jelly (7,28)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Vanilla corn semolina porridge with Red fruit jelly (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Donnerstag

Two baked vegetable medallions with broccoli sauce (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Beefsteak with provencal sauce (7,21a,21e,27,28)

2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Pumpkin-chiaseeds-Medallion with broccoli sauce (7,14,21a,23,36,29)

3,65 € | 7,30 € | 8,40 €

Bavarian fried potatoes and mushrooms (27,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar with vanilla sauce (21a,23,30,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Freitag

Steamed coalfish fillet Lemon-Pepper with mango curry sauce (7,24,28,30,29)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Three Swabian dumplings with spinach and tomato sauce (21a,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Noodles with Grain bolognese (21a,21b,21d,21e,27)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Curd cheese and semolina casserole with apples and vanilla sauce (7,21a,23,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



Montag

Beilage

- Romanesco
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Balkan style
vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Dienstag

- Peas
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Sauerkraut
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mashed
potatoes vegan (28)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Curried rice
with vegetables (27,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Mittwoch

- Cauliflower
with sesame seeds (31)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Bell peppers
and zucchini
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Basmati rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

- Carrot sticks
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Swiss chard in
soy cream (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Roast potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

- Needle beans
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Vegetables
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley
potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Wild rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Dessert

- Sour cherry
and banana curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana co-
conut yogurt (26a,26b,26c,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Curd cheese with
roasted nuts (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach melba
pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Pineapple yoghurt
(7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Strawberry curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Almond
pudding (26a,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Raspberry cream
quark (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Stracciatella yo-
gurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Caramel
Pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Blueberry
yoghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Chocolate and pear
curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Lemon
pudding (8,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Fruit yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mango curd
(30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- hazelnut
pudding (9,26b,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.