



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

Fragrant rice and red bean bowl with soy sauce dressing and Rucola (6,7,28)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Fragrant rice and red bean bowl with soy sauce dressing and Rucola (6,7,28)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Fragrant rice and red bean bowl with soy sauce dressing and Rucola (6,7,28)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Fragrant rice and red bean bowl with soy sauce dressing and Rucola (6,7,28)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Salat

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 €

Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Dressing

herb dressing (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

French dressing (7,28)

French dressing (7,28,29)

American dressing (7,28)

herb dressing (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

herb dressing (7,28)

French dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

herb dressing (7,28,29)

American dressing (7,28)

Suppe

Tomato and pepper soup
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Carrots soup with ginger (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Spinach cream soup with tomato (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Wild mushroom soup with soy cream and parsley (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €



Montag

Aktion

Pasta with tomato and ratatouille sauce (7,21a,28)
2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

Pasta on carrot-ginger-sauce (21a)
2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

Dienstag

Baden potato noodles with spinach cream and tomatoes (21a,28)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Pasta with tomato and ratatouille sauce (21a)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

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

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Mittwoch

Herb gnocchi with capers and artichokes (7,21a,27)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

Pasta with tomato and ratatouille sauce (21a)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36)

5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

Donnerstag

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

6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

Pasta with mango curry sauce (7,21a,29)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

Pasta with tomato and zucchini sauce (21a)

2,45 € | 2,70 € | 2,95 €

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

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Freitag

Montag

Essen

-  Baked celery medallion on carrot-ginger-sauce (7, 21a,27,28,36)
1,55 € | 3,10 € | 3,55 €
-  6 pieces wheat protein balls on carrot-ginger-sauce (7, 21a,28,29)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Savoy cabbage pan with spelt and cardamom (21e,26a,27)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
-  Vegan rice stir-fry paella (29)
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 €

Dienstag

-  Breaded pork tenderloin with gravy (2,21a, 23,36)
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €
-  Vegan spring roll Soy sauce with Chinese vegetables (6,21a,27,28,31,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
-  Mexican bean stew with soy mince and chili (27,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Herb curd cheese with linseed oil and potatoes (30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Two egg pancakes with apple sauce (21a,23,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Mittwoch

-  Soy gyros with white cabbage, onions and peppers with vegan tzatziki (21a,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
-  Wheat protein meatball with herb sauce (7,27,28)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €
-  Oat chick-pea pan with curry and fresh ginger (7,21d,27,28,29)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
-  Potato and vegetable casserole (23,27,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Small Semolina pudding with sugar, cinnamon and Redcurrant sauce (7,21a,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
-  Semolina pudding with sugar, cinnamon and Redcurrant sauce (7,21a,28)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Donnerstag

-  A slice of braised beef in a cream sauce with vegetable strips (7,27,30)
3,85 € | 7,70 € | 8,85 €
-  Two sesame and carrot sticks with mango curry sauce (7, 21a,27,31,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €
-  Paprika and cabbage vegetables with sunflower seeds and baked potatoes (7,32)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
-  Berlin potato soup with carrots and celeriac (27,29)
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



Montag

Beilage

- Carrot sticks
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Chinese style vegetables (27,28)
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

- Brussels sprouts
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Green beans with tomatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Curried rice (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 €
- Swiss chard in soy cream (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Baked potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice with almonds (26a)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

- Celery (7,27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Red cabbage with apples (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Two potato dumplings
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

Dessert

- Sour cherry and banana curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Cherry yoghurt (26a,26b,26c,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Curd cheese with roasted nuts (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- hazelnut pudding (9,26b,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Blueberry yoghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pineapple curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach melba pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Stracciatella and Raspberry yogurt (21e,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Lemon pudding (8,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Mango yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Blueberry curd (21e,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Caramel Pudding (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.