




## Montag

### Vorspeise




   Hummus mit Sesam, Tomaten, Gurken, Olivenöl und Zitrone (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

   Bulgursalat mit frischer Minze (7,21a)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Dienstag



   Hummus mit Sesam, Tomaten, Gurken, Olivenöl und Zitrone (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

   Asiatischer Nudelsalat (6,7,21a,28)


1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Mittwoch

  Hummus mit Sesam, Tomaten, Gurken, Olivenöl und Zitrone (7,31)




1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Donnerstag

   Glasnudelsalat mit frischer Minze (6,7,21a,28)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Freitag

   Hummus mit Sesam, Tomaten, Gurken, Olivenöl und Zitrone (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

   Mediterraner Salat mit Kartoffeln und Oliven (7,8,10,32)

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 €

   Kleine Salat- schale (13,27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Große Salat- schale (13,27)




1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

  Mediterraner Nudel- salat (6,7,8,10,21a,32)


0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

  Nudelsalat (6,7,8,10,21a,32)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Kleine Salat- schale (13,27)




0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Große Salat- schale (13,27)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

  Nudelsalat (6,7,8,10,21a,32)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Kleine Salat- schale (13,27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Große Salat- schale (13,27)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

   Kleine Salat- schale (13,27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €




   Große Salat- schale (13,27)


1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

### Dressing

   French- Dressing (7,28,29)

   Sauce Vinaigrette (29)

   American-Dressing (7,28,29)


   American-Dressing (7,28,29)




   French- Dressing (7,28,29)

   Sauce Vinaigrette (29)

   Sauce Vinaigrette (29)

   French- Dressing (7,28,29)

   American-Dressing (7,28,29)

   American-Dressing (7,28,29)

   Sauce Vinaigrette (29)

   French- Dressing (7,28,29)

   Sauce Vinaigrette (29)

   American-Dressing (7,28,29)

## Montag



### Suppe

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


## Dienstag

   Indische Kicher-  
erbsensuppe (7,36,29)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €


## Mittwoch

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

## Donnerstag

  Indische Tomaten-  
suppe mit Kokosmilch (31)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

## Freitag

  Karottencremesuppe  
mit Schnittlauch (7,30,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

### Aktion

   Hartkäse gerie-  
ben (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €

  Hausgemachte Pasta  
an  
Tomaten-Basilikum-Sauce  
(21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

   Pizza  
Margherita (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

    Asiatische  
Gemüsepfanne mit Bambus-  
prossen, Chinakohl und  
Reis (7,28,36,29)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

  Hausgemachte Pasta  
mit  
Tomaten-Gemüse-Sauce  
(21a,27,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

   Hartkäse gerie-  
ben (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €

 Hausgemachte Pasta  
mit Gorgonzolasauce  
Walnüssen und Birne (7,  
21a,26c,30)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €


   Flammkuchen mit  
Speck (2,6,7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €




   Flammkuchen  
mit frischen Zwiebeln und  
Schluppen (7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



  Hausgemachte Pasta  
an Waldpilzsauce (21a,28,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €




   Hartkäse gerie-  
ben (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €




   Pizza mit  
Champignons und roten  
Zwiebeln (21a,30,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €


 Hausgemachte Pasta  
mit Gorgonzolasauce,  
Walnüssen und Birne (7,  
21a,26c,30)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

   Hartkäse gerie-  
ben (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €


  Hausgemachte Pasta  
an pikanter Paprikasauce  
mit Tofu (21a,26c,27,28,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

   Flammkuchen mit  
Speck (2,6,7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

   Flammkuchen  
mit frischen Zwiebeln und  
Schluppen (7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

   Hartkäse gerie-  
ben (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €

   Pizza  
Margherita (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

   Tom Kha -  
Thailändische Kokossuppe  
mit Reis und Sojastreifen  
(7,28)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



## Montag

### Essen

Kürbis-Chiasamen-Bratling an Kräutersauce (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

3 Gemüsebällchen an Kichererbsen-Kokos-Sauce (7,21a,28)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Fruchtiges Gemüsecurry mit Kokosmilch und Langkornreis (7,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

1/2 Kokos-Milchreis mit Waldbeersauce (7)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Kokos-Milchreis mit Waldbeersauce (7)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Dienstag

Zwei gekochte Eier in Senfsauce (7,23,30,29)

1,55 € | 3,10 € | 3,55 €

Pfannenfrische Bratwurst an Zwiebel-Senf-Sauce (2,36,29)

2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

Loubia - Marokkanischer Weiße Bohneneintopf mit Weißkohl (7)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vanillegrießbrei mit Zucker,Zimt und Waldbeeren (21a,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

1/2 Vanillegrießbrei mit Zucker,Zimt und Waldbeeren (21a,30)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

## Mittwoch

Paniertes Schnitzel aus Weizeneiweiß an Bratensauce (21a,36)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Sojageschnetzeltes süß-sauer mit Bambussprossen, roter Paprika und Ananas (28,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Karotten-- Brokkoli-Auflauf mit Kartoffeln und Käse gratiniert (23,30,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Germknödel mit Pflaumenmusfüllung, Mohnzucker Vanillesauce (21a,23,28,30,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Donnerstag

Ofenfrisches Rinderhacksteak an Sauce Provençal (7,14,21a,23,36,29)

3,45 € | 6,90 € | 7,95 €

Zwei Rote Beete Puffer an Petersiliensauce (7,21a,28)

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Bayrischer Pilztopf mit Kartoffeln und Wurzelgemüse (27,28,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Sahniger Milchreis mit Zimt, Zucker und Apfelmus (7,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

1/2 Sahniger Milchreis mit Zimt, Zucker und Apfelmus (7,30)

1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

## Freitag

Seelachsfilet Lemon-Pepper an Curry-Mango-Sauce (7,24,28,30,29)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €







Sojageschnetzeltes süß-sauer mit Bambussprossen, roter Paprika und Ananas (28,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Pasta mit Getreidebolognese und frischem Rosmarin (21a,21b,21d,21e,27,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Montag

- Beilage**
-  Romanesco  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
  -  Pariser  
Karotten  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
  -  Kartoffeln  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
  -  Rosmarin-  
kartoffeln  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
  -  Parboiledreis  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
  -  Sauce & Dip Extra  
(,36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Dienstag

-  Sauerkraut  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Sauerkraut  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Pfannen-  
gemüse  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffelpüree  
(28)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Curry-  
Gemüse-Reis (27,29)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce & Dip Extra  
(,36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Mittwoch

-  Blumenkohl  
mit Sesam (31)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Paprika--  
Zucchini-Gemüse  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Rosmarin-  
kartoffeln  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Reis  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce & Dip Extra  
(,36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Donnerstag

-  Möhren (36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Mangold in  
Sojacreme (28,36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Kartoffeln  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Röstkartoffeln  
  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Naturreis  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce & Dip Extra  
(,36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Freitag

-  Prinzess-  
bohnen  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Blattspinat in  
Sojacreme (28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Petersilien-  
kartoffeln  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Hausgemachter Kartoffel-  
salat Essig/Öl (13,36,29)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Langkornreis  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce & Dip Extra  
(,36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



## Montag

### Dessert

- Bananen-Kokos-Joghurt (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Haferjoghurt mit Apfel und Zimt (7, 21d,26a)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Quark mit gerösteten Nüssen (26a, 26b,26c,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Beerengrütze  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillesauce (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillegrießbrei (21a,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Schokoladenpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mariniertes Obstsalat  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Dienstag

- Haferjoghurt mit Bananen (21d,26a)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Ananasquark (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Kirschjoghurt mit Dinkel (7,21e,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mandelpudding (26a,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Beerengrütze  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Schokoladenpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillesauce (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mariniertes Obstsalat  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Mittwoch

- Haferjoghurt mit Brombeeren und Sonnenblumenkerne (7, 21d,26a)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Stracciatellajoghurt (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pfirsich-Grünkern-Quark (21e,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Karamellpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillesauce (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Beerengrütze  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Schokoladenpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mariniertes Obstsalat  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Donnerstag

- Erdbeerquark mit Mandeln (7,26a,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Haferjoghurt mit Erdbeeren (7,21d,26a)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Heidelbeerjoghurt (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillesauce (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Beerengrütze  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Schokoladenpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Zitronenpudding (8,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mariniertes Obstsalat  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Freitag

- Apfel-Grünkern-Joghurt (7,21e,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mangoquark (30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Haferjoghurt mit Heidelbeeren und Mandeln (21d,26a)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Milchreis (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanillesauce (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Schokoladenpudding (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Beerengrütze  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mariniertes Obstsalat  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## 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.