

## Montag

### Vorspeise

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Bulgur salad with mint (7,21a)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Dienstag

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Asian noodle salad (6,7,21a,25,28)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Mittwoch

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Rice salad with coconut, fresh mint and walnut kernels (6,7,26c,28)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Donnerstag

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Glass noodle salad with fresh mint (6,7,25,28)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Freitag

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Mediterranean salad with potatoes and olives (7,8,10,32)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

### Salat

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 €

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)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Small salad bowl (13,27)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

### Dressing

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

American dressing (29)

French dressing (29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

American dressing (29)

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

French dressing (29)

American dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

### Suppe

Vegetable soup (7,27,28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Indian chickpea soup (7,28,36,29)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Indian tomato soup with coconut milk (31)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Vegetable soup (7,27,28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Pumpkinsoup (7,28,36)


0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Montag

### Aktion

-  Homemade pasta Herb sauce (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Homemade pasta with tomato and basil sauce (21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Hard cheese grated (7,21a,27,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Pizza Margherita (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Vegetable stir-fry with rice (6,28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €



## Dienstag

-  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 tomato-zucchini-sauce (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Homemade pasta Herb sauce (21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Hard cheese grated (6,7,21a,28,32)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €





## Mittwoch

-  Gnocchi with fried mushrooms and zucchini (7,21a,28,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Homemade pasta with tomato and basil sauce (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Hard cheese grated (21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Homemade pasta Herb sauce (7,21a,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

## Donnerstag

-  Hard cheese grat-ed (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Homemade pasta Herb sauce (21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Homemade pasta with tomato and basil sauce (7,21a,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Tarte flambée with bacon (2,6,7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Yellow beef curry with basmati rice (28)  
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

## Freitag

-  Hard cheese grated (21a,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  Homemade pasta with tomato and basil sauce (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Pizza Margherita (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Tom Kha - Thai coconut soup with rice and soy stripes (7,28)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



## Montag

### Essen

6 Lentil Millet Balls with wild mushroom sauce and herb (21a,21d,28)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Crunchy style fried patty on lemon turmeric sauce (7,21a,28)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Vegetable polenta Mediterranean ratatouille with (7,28,36)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Porridge with almonds and strawberries (21d,26a)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

1/2 Porridge with almonds and strawberries (21d,26a)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Dienstag

Zucchini with vegetable and rice filling with bell pepper and tomato sauce (30)  
2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

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

Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon, berries (21a,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon, berries (21a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Mittwoch

Soy gulash meat Szeged style (21a,36,29)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

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

Herb curd cheese with linseed oil and potatoes (30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar Vanilla sauce (21a,23,28,30,36)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## 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 €

Kohlrabi and pumpkin stew (7)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

1/2 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Freitag

Vegetable slice bordelaise au gratin with bell pepper sauce (7,24,30,36)  
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Baked pollock fillet in rice breading with lime and ginger sauce (21a,27,36)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Risone with eggplant, mint and almonds (21a,26a)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €



## Montag

### Beilage

Broccoli with almonds (26a)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Turnip greens with pumpkin seeds (7)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes with rosemary  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Sauce/Dip Extra (36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## 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 €

Egg spaetzle  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice with herbs  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Sauce/Dip Extra (36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## 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 €

Sauce/Dip Extra (36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## 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 €

Brown rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Sauce/Dip Extra (36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## 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 €

Sauce/Dip Extra (36)  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Montag









### Dessert

-  Poppy seed yogurt with tangerines (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Oat yogurt with raspberries (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Curd with muesli  
(7,21a,21c,21d,26a,26b,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Vanilla sauce  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Red fruit jelly (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  chocolate pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €









## Dienstag

-  Oat yogurt with cheery (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Apple and cinnamon yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Strawberry curd (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  chocolate pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Red fruit jelly  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Vanilla sauce (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €


## Mittwoch

-  Oat yogurt with tangerines and coconut (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Blueberry curd with sunflower seeds (30,31)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Yoghurt with honey and sesame seed (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Banana pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Vanilla sauce  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  chocolate pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Red fruit jelly (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Donnerstag

-  Curd with Plum with nut (7,26b,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Wortleberry yoghurt (7,21d,26a,26c)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Oat yogurt with peach (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Vanilla sauce (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Red fruit jelly (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  chocolate pudding (26g,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Pistachios pudding  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Freitag

-  Raspberry coconut curd (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Oat yoghurt with wild berries (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  nougat pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Red fruit jelly (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Vanilla sauce (26b,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  chocolate pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  Fruit salad  
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.