

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

Bulgur salad with mint (7,21a)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Asian noodle salad (6,7,21a,28)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

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

Glass noodle salad with fresh mint (6,7,21a,28)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Mediterranean salad with potatoes and olives (7,8,10,32)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Salat

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

Large salad bowl (6,7,8,10,21a,32)
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 €

Large salad bowl (6,7,8,10,21a,32)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Pasta salad (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)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

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

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

Mediterranean pasta salad (6,7,8,10,21a,32)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Dressing

French dressing (29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

American dressing (29)

American dressing (7,28,29)

American dressing (29)

Vinaigrette sauce (29)

Suppe

Potato cream soup (27,28,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

Bell pepper soup (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

Cheese soup (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €



Montag

Aktion

- Homemade pasta with tomato sauce, sun-dried tomatoes, olives and fresh basil (6,8,10,21a,27,32)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Hard cheese grat-ed (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Pizza Margherita (21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Chinese vegetable stir-fry with rice (27,28,29)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Dienstag

- Homemade pasta with mushroom sauce and herb (7,21a,28,36)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Hard cheese grat-ed (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Tarte flambée with fresh onions and flakes (2,6,7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Tarte flambée with bacon (7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Turkey curry with vegetable and basmati rice (27,28,29)
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

Mittwoch

- Homemade pasta with soyabolognese (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Hard cheese grat-ed (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36)
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

Donnerstag

- 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 cheese sauce and wild garlic (7,21a,30)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Hard cheese grat-ed (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Tarte flambée with fresh onions and flakes (2,6,7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Tarte flambée with bacon (7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Freitag

- Tom Kha - Thai coconut soup with rice and soy stripes (7,28)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



Montag

Essen

7 pieces cauliflower falafel balls with mint Dip (7,28,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Bahji Onion fried patty
Soy curry sauce (7,31)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Italian tomato-basil risotto (27)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

1/2 Porridge with almonds, raisins, cherries and banana (7,21d,26a)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Porridge with almonds, raisins, cherries and banana (7,21d,26a)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Dienstag

Szegedin style pork goulash (,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Beef and pork burger with gravy (2,36)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Vegan Bratwurst with homemade curry sauce (2,14,21a,23,30,36,29)
3,15 € | 6,30 € | 7,25 €

Bahji Onion fried patty with homemade curry sauce (,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Zucchini stew with red beans
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Mittwoch

Zurich pea chunks with mushrooms in soy cream (21a,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Wheat protein meatball with herb sauce (7,28)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Herb curd cheese with linseed oil and potatoes (30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar Vanilla sauce (21a,23,28,30,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Donnerstag

Thinly sliced turkey in tomato and paprika sauce (30)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Three Swabian dumplings with spinach and tomato sauce (21a,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Mexican bean stew with soy mince and chili (27,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

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

1/2 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Freitag

Herbal scrambled eggs (7,21a,24,30,36)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Two baked potato pockets with cream cheese filling Curd cheese dip with basil (7,30)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Baked pollock fillet in rice breading with Dill sauce (23,30)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Baked coalfish fillet with potato coating with Dill sauce (7,24,30)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Pasta with vegetables sauce (7,21a,27,28,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



Montag

Beilage

- Corn with herbs
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parisian style carrots
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 with sesame
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Broccoli (31)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Baked Potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- yellow rice (29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Mittwoch

- Cauliflower with sesame seeds (31)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Balkan style vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Spaetzle (21a)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice with flaxseed
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

- Needle beans
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Ratatouille (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Baked 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

- Carrots and peas
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Leaf spinach (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Homemade mashed potatoes with carrots (28)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



Montag

Dessert

- Poppy seed yogurt with tangerines (7, 21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Curd with muesli (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Oat yogurt with raspberries (7,21a, 21c,21d,26a,26b,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Dienstag

- Oat yogurt with cheery (21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Apple and cinnamon yoghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Raspberry cream quark (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (26a,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Almond pudding
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Mittwoch

- Cherry yoghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mango curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vegan yogurt with tangerines and coconut
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (7, 21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- vanilla pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Porridge with almonds, raisins, cherries and banana
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Donnerstag

- Curd with Plum with nut (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Oat yogurt with peach (7,26a,26c)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Wortleberry yoghurt (7,26b,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Freitag

- Raspberry coconut curd (21d,26a,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pear-oat-yogurt (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vegan yoghurt with wild berries (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Creamy rice pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- 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 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.