







## Montag




### Vorspeise

- 
 Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun- dried to- matoes (6,7,21a,32)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Glass noodle salad with fresh mint (7,8, 10,31)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- 
 Humus (6,7, 21a,28)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €




## Dienstag

- 
 Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun- dried to- matoes (6,7,21a,32)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Humus (6,7, 21a,28)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- 
 Glass noodle salad with fresh mint (7,8, 10,31)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €




## Mittwoch

- 
 Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun- dried to- matoes (6,7,21a,32)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Humus (6,7, 21a,28)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- 
 Glass noodle salad with fresh mint (7,8, 10,31)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €




## Donnerstag




- 
 Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun- dried to- matoes (6,7,21a,32)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Humus (6,7, 21a,28)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- 
 Glass noodle salad with fresh mint (7,8, 10,31)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €




## Freitag




- 
 Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun- dried to- matoes (6,7,21a,32)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Humus (6,7, 21a,28)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- 
 Glass noodle salad with fresh mint (7,8, 10,31)  
 1,95 € | 2,15 € | 2,35 €




### Salat

- 
 Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Large salad bowl (13,27)  
 0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- 
 Small salad bowl (13,27)  
 1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- 
 Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Large salad bowl (13,27)  
 1,95 € | 3,90 € | 4,30 €
- 
 Small salad bowl (13,27)  
 0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- 
 Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Small salad bowl (13,27)  
 0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- 
 Large salad bowl (13,27)  
 1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- 
 Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Large salad bowl (13,27)  
 0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- 
 Small salad bowl (13,27)  
 1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- 
 Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)  
 3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- 
 Large salad bowl (13,27)  
 0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- 
 Small salad bowl (13,27)  
 1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

## Montag

### Suppe

- 3 - Potato cream soup (7)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 1 - orange cold soup (7,13,28,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 2 - Beetroot soup (27,28,36,29)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Dienstag

- 1 - Green pea cream soup with mint (30,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 2 - Carrots soup with orange and ginger (7,28,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

- 1 - Fennel soup (27,36)  
0,55 € | 1,10 € | 1,25 €
- 2 - Vegetable broth with rice (7,28)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

- 1 - Cucumber bowl with fresh mint and lemon (7,30)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 3 - Wild mushroom soup with soy cream and parsley (7,28,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 2 - Herb broth with wheat grains (21a,27,36)  
0,55 € | 1,10 € | 1,25 €

## Freitag

- 1 - Clear onion soup (7,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- 2 - Tomato cream soup with basil (36)  
0,55 € | 1,10 € | 1,25 €

### Aktion

- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade tomatoes pasta with spinach sauce, fresh tomatoes and roasted walnuts (7,21a,26c,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza Margherita (8,21a,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade wholemeal pasta Tomato sauce with tofu (21a,27,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza Margherita (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade pasta Soy curry sauce (7, 21a,28,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade pasta with soyabolognese and fresh basil (21a,27,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade wholemeal pasta with cauliflower sauce, fresh tomatoes and roasted hazelnuts. (7,21a,26b,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza with tomatoes, zucchini, and rucola (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €



## Montag

### Essen

- Bahji Onion fried patty Soy curry sauce (7, 21d,26a,31)  
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €
- 7 pieces cauliflower falafel balls with mint Dip (7,28,36)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €
- Carrots green spelt pan with coconut and ginger (21e,29)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
- Italian tomato- basil risotto (7,36)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Vanilla semolina pudding with blueberries and sugar and cinnamon (7,21a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- 1/2 Vanilla semolina pudding with blueberries and sugar and cinnamon (7,21a,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €
- Kaiserschmarrn with sour cherry sauce Plum sauce or vanilla sauce (7, 21a,23,26a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Dienstag

- Vegan Bratwurst with barbecue sauce (7,36,29)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €
- Szegedin style pork goulash (2,36)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €
- Vegetable pan with chinese noodles and roasted sunflower seeds (7,21a,27,28)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
- Zucchini stew with red beans  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- 1/2 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and cherrx sauce (7,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €
- Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and cherry sauce (7,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Kaiserschmarrn with sour cherry sauce Plum sauce or vanilla sauce (7, 21a,23,26a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Mittwoch

- Baked vegetable medallion with herb sauce (21a,21e,27,36)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- Zurich pea chunks with mushrooms in soy cream (7,28,36)  
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €
- Oat and wheat pan with cauliflower and marinated leaf parsley (21a,21d,26a,29)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
- 1/2 Porridge with plum compote (21d)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €
- Porridge with plum compote (21d)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Sweet potato casserole (23,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Kaiserschmarrn with sour cherry sauce Plum sauce or vanilla sauce (7, 21a,23,26a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Donnerstag

- Thinly sliced turkey in tomato and paprika sauce (7,30,36)  
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €
- Two baked spinach and spelt medallions with creme sauce (21a,21e, 23,27,30,36)  
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €
- Baked potatoes with vegetables and pumpkin seeds served to tomato sauce (7,8,32)  
3,80 € | 7,60 € | 8,75 €
- 1/2 Vanilla corn semolina porridge with strawberry sauce (7,28)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €
- Vanilla corn semolina porridge with strawberry sauce (7,28)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Herb curd cheese with linseed oil and potatoes (30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Kaiserschmarrn with sour cherry sauce Plum sauce or vanilla sauce (7, 21a,23,26a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

## Freitag

- Baked coalfish fillet with potato coating with lime- yoghurt- dip (7,21a,24,30,36)  
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €
- Two polenta and spinach pockets with turmeric sauce (7,21a,23,27, 30,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
- Bulgur and spinach pan with smoked tofu and sunflower seeds (7,21a,28)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
- Ravioli with vegetables sauce (7,21a,27,28,36)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- 1/2 Turkish rice pudding with raisins, nuts and mango sauce (7,26b, 26c,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €
- Turkish rice pudding with raisins, nuts and mango sauce (7,26b, 26c,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- Kaiserschmarrn with sour cherry sauce Plum sauce or vanilla sauce (7, 21a,23,26a,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €



## Montag

### Beilage

Parisian style

carrots

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Mushrooms in  
soy cream (7,28)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Potatoes

0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes with  
rosemary

0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Dienstag

Broccoli

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Stewed cab-  
bage

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Parsley

potatoes

0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

yellow rice (29)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

Cauliflower  
with sesame seeds (31)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Balkan style  
vegetables (27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Potatoes

0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Egg spaetzle  
(21a,23)

0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice with  
flaxseed

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

Needle beans

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Ratatouille (7)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Potatoes

0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Baked  
potatoes

0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Brown rice

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Freitag

Carrots and  
peas

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Creamed in  
soy cream (7,28)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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 €

## Montag

### Dessert

-  2 - Poppy seed yogurt with tangerines (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  3 - Curd with muesli (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  4 - Oat yogurt with raspberries (7,21a,21c,21d,26a,26b,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  1 - chocolate pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €






## Dienstag

-  4 - Oat yogurt with cheery (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  2 - Apple and cinnamon yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  3 - Strawberry curd (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  1 - Almond pudding (26a,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €





## Mittwoch

-  2 - Yoghurt with honey and sesame seed (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  3 - Blueberry curd with sunflower seeds (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  5 - Plain yoghurt (30,31)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  4 - Oat yogurt with tangerines and coconut (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  1 - vanilla pudding (7,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Donnerstag

-  5 - Plain yoghurt (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  4 - Oat yogurt with peach (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  2 - Wortleberry yoghurt (7,21d,26a,26c)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  3 - Curd with Plum with nut (7,26b,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  1 - Pistachios pudding (26g,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Freitag

-  3 - Raspberry coconut curd (21d,26a,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  5 - Plain yoghurt (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  4 - Oat yogurt with wild berries (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  2 - Pear- oat- yogurt (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
-  1 - nougat pudding (26b,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## 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.