



## Montag

### Vorspeise

Buckwheat Rye Bowl with Mustard Dressing and Roasted Sunflower Seeds (21b,21c,27, 28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Dienstag

Buckwheat Rye Bowl with Mustard Dressing and Roasted Sunflower Seeds (21b,21c,27, 28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Mittwoch

Buckwheat Rye Bowl with Mustard Dressing and Roasted Sunflower Seeds (21b,21c,27, 28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Donnerstag

Buckwheat Rye Bowl with Mustard Dressing and Roasted Sunflower Seeds (21b,21c,27, 28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Freitag

Buckwheat Rye Bowl with Mustard Dressing and Roasted Sunflower Seeds (21b,21c,27, 28,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

### Salat

Salad plate special with artichoke hearts and roasted pumpkin seeds (7)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

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

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

Salad plate special with artichoke hearts and roasted pumpkin seeds (7)  
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 € | 4,50 €

Salad plate special with artichoke hearts and roasted pumpkin seeds (7)  
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 € | 4,50 €

Salad plate special with artichoke hearts and roasted pumpkin seeds (7)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

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

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

Salad plate special with artichoke hearts and roasted pumpkin seeds (7)  
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 € | 4,50 €

### Suppe

2 - Zucchini soup with red beans  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

1 - Leek cream soup with apples (7,28,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Indian chickpea soup (7,36,29)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Tomato cream soup with basil (7,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Clear onion soup (36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Curry and banana soup (7,26a,36)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €



## Montag

### Aktion

French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Spelled Pasta  
with mushroom sauce,  
smoked tofu and fresh pars-  
ley (7,21e,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Pizza  
Margherita (8,21a,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

## Dienstag

French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Homemade  
pasta with tomato sauce,  
baked eggplant and fresh  
basil (21a,27)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

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

## Mittwoch

French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Pizza with  
mushrooms and red onions  
(21a,30,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

## Donnerstag

French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Homemade  
Pasta Tricolore with mush-  
room sauce and herb (7,  
21a,28,36)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Pizza with poultry  
salami and mushrooms  
(6,7,8,21a,30,35,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

## Freitag

French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Homemade  
pasta with paprika sauce,  
green pepperoni and  
vegan cheese sauce (6,8,  
21a,27)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Pizza with to-  
matoes, zucchini, and  
rucola (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

## Montag

### Essen

 3 vegetable balls with chickpea and coconut sauce (7,8,28)

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

 Pumpkin-chiaseeds-Medallion Herb sauce (21a,28,36)

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

 Vegetable stir-fry with quinoa, white beans and oat dip (7,21d,26a,29)

3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

 Fruity vegetable curry with coconut milk and rice (7,29)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Vanilla polenta pudding with sugar and cinnamon with sour cherry sauce (7,30)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Vanilla polenta pudding with sugar and cinnamon with sour cherry sauce (7,30)

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

 Two cooked eggs in mustard sauce (2,14,21a,23,30, 36,29)

2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

 Beef and pork burger with onion and marjoram sauce (7,23,30,29)

1,55 € | 3,10 € | 3,55 €

 Farfalle with fresh spinach, mushrooms, carrot sauce and walnuts (7,21a,26c,28)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

 Loubia - Moroccan white bean stew with savoy cabbage

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and Plum sauce (7,30)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and Plum sauce (7,30)

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 €

## Mittwoch

 Breaded cutlet from wheat protein with gravy (21a,36)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

 Sweet and sour soy slices with bamboo shoots, red bell pepper and pineapple (7,28,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

 Buckwheat pan with chickpeas, red cabbage and walnuts (7,26c,32)

2,10 € | 4,20 € | 4,85 €

 Porridge Blackberry sauce (21d)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Porridge Blackberry sauce (21d)

0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

 Carrot-broccoli casserole with potato slices and cheese au gratin (23,30,36)

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

 Two baked vegetable medallions with broccoli sauce (7,21a,21e,27,28)

2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

 Beefsteak with provencal sauce (7,14,21a,23, 36,29)

3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

 Potato pan with carrots, kohlrabi, pumpkin seeds and lemon dip (7, 21d,26a)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

 Bavarian fried potatoes and mushrooms (7, 27,28)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Indian style rice pudding with raisins, almonds, cardamom and mango sauce (25,26a,30)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 1/2 Indian style rice pudding with raisins, almonds, cardamom and mango sauce (25,26a,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 €

## Freitag

 Three Swabian dumplings with spinach and tomato sauce (21a,28,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

 Steamed coalfish fillet Lemon-Pepper with mango curry sauce (7,24,28, 30,29)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

 Wheat pan with soy strips and carrot and zucchini vegetables (7,21a, 26d,28)

3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

 Whole grain penne rigate with broccoli, tomatoes and roasted pumpkin seeds (7,8,21a,32)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Vanilla semolina pudding with cardamom and sugar with cinnamon Raspberry sauce (7,21a,26a, 26g,30)

1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

 Vanilla semolina pudding with cardamom and sugar with cinnamon Raspberry sauce (7,21a,26a, 26g,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 €



## Montag

### Beilage

-     Romanesco  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Savoy cabbage  
in soy cream (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

-     Peas (36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Vegetable  
stir-fry  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Mashed  
potatoes vegan (28)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-     Curried rice  
with vegetables (27,29)  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

-     Cauliflower  
with sesame seeds (31)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Bell peppers  
and zucchini  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Fried potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-     Basmati rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

-     Carrot sticks  
(36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Swiss chard in  
soy cream (28,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Roast potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-     Brown rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Freitag

-     Needle beans  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Creamed cel-  
ery in soy cream (7,27,28,36)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-     Parsley  
potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Homemade  
potato salad vinegar / oil  
(13,36,29)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-     Wild rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Montag

### Dessert

- 4 - Oat yoghurt with apple and cinnamon (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Banana coconut yogurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Curd cheese with roasted nuts (26a,26b,26c,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Peach melba pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Dienstag

- 2 - Cherry yogurt with spelt (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yogurt with bananas (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Pineapple curd (7,21e,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Almond pudding (26a,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Mittwoch

- 2 - Stracciatella yogurt (21e,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 5 - Plain yoghurt (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yogurt with blackberries and sunflower seeds (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Peach and green seed curd (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Caramel Pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Donnerstag

- 5 - Plain yoghurt (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yogurt with strawberries (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Rhubarb curd with almonds (26a,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Blueberry yoghurt (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Lemon pudding (8,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Freitag

- 2 - Apple-green spelt yogurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yogurt with blueberries and almonds (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Mango curd (21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 5 - Plain yoghurt (7,21e,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - hazelnut pudding (9,26b,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.