



## Montag

### Vorspeise

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7, 21a,30,29)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Pasta salad Mac & Cheese (7,8,10,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Dienstag

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Pasta salad Mac & Cheese (7,21a,30,29)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Humus (7,8, 10,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Mittwoch

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Humus (7,8, 10,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Pasta salad Mac & Cheese (7,21a,30,29)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Donnerstag

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Pasta salad Mac & Cheese (7,8,10,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Humus (7, 21a,30,29)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

## Freitag

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)

3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Pasta salad Mac & Cheese (7,8,10,31)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Humus (7, 21a,30,29)

1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

### Salat

Salad plate special with soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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 soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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 soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Large salad bowl (13,27)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Small salad bowl (13,27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Salad plate special with soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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 soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)

4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Small salad bowl (13,27)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Large salad bowl (13,27)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €



## Montag

### Suppe

1 - Herb cream soup (7,27,30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

3 - Spinach cream soup (36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

2 - Vegetable broth with moshrooms and herb (36)

0,55 € | 1,10 € | 1,25 €

4 - Tomato cream soup with basil (28)

## Dienstag

2 - Bean soup (7,30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

1 - Turnip cabbage cream soup (30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

3 - sweet potato soup with honey (21a,27,36)

0,55 € | 1,10 € | 1,25 €

4 - Vegetable broth with vermicelli (28,336)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

1 - Leek cream soup with apples (27,30,36,29)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

2 - Potato cream soup with leeks (7,30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

4 - Bell pepper soup (28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

3 - Curry soup with okra pods (36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

2 - Wild mushroom cream soup (7,27,30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

1 - Corn cream soup (7,30,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

3 - Vegetable soup (7,28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

4 - Romanesco broccoli cream soup (7,27,28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Freitag

3 - Okra soup with tomatoes (27,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

2 - Cauliflower cream soup with curry

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

4 - Zucchini cream soup (7,28,36,29)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

1 - Vegetable broth with rice (28,36)

0,60 € | 1,20 € | 1,40 €



## Montag

### Aktion

- Jackfruit Burger BBQ (7,21a,21d,28,31,36,29)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €
- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade pasta with cereal bolognese, fresh basil and vegan cheese melting. (7,8,21a,21b,21e,27)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza Margherita (8,21a,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

## Dienstag

- curry sausage with fries and coleslaw (2,4,7,14,35,29)  
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €
- 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 (21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

## Mittwoch

- Crunchy Burger with Chili Dip (7,21a,31,36,29)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Spelled Pasta Bell pepper sauce with tofu (21e,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 €

## 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 €
- Spelled Pasta Tomato sauce with soft cheese (21e,27,30)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Tarte flambée with bacon (2,6,7,21a,30,36)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

## Freitag

- Quinoa-Chili-Burger with Mango-Dip (7,21a,23,30,33e,29)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €
- French fries  
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- Homemade wholemeal pasta with carrot celery sauce, fresh parsley and toasted walnuts. (7,21a,26c,27,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza with tomatoes, zucchini, and rucola (21a,30,36)  
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €



## Montag

### Essen

5 vegetable rice balls on chive sauce (8, 21a,21d,26a,26b,27,36)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Broccoli nut patty with curry sauce (7,28,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Green spelt white bean pan with beet sauce (7,21e,28)  
1,90 € | 3,80 € | 4,35 €

Tofu with Indian spinach and rice (28)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon Blackberry sauce (7,21a,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

1/2 Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon Blackberry sauce (7,21a,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 €

## Dienstag

Zucchini with vegetable and rice filling tomato sauce (7,36)  
3,15 € | 6,30 € | 7,25 €

Beef goulash Hungarian style (27,30,36)  
2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

Broccoli noodle pan with tomatoes and roasted pumpkin seeds (7, 8,21a,28,32,29)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Thai potato soup with coconut milk and ginger (7,27,28,29)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Milk barley soup with rhubarb-raspberry sauce (7,21c,30)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

1/2 Milk barley soup with rhubarb-raspberry sauce (7, 21c,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

Minced roll of wheat protein stuffed with tomato Spicy-Chili-Dip (21a,36,29)  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Fruit curry with soy cubes, turmeric and fresh ginger (28,36)  
1,55 € | 3,10 € | 3,55 €

Spicy vegetable barley pan with red lenses with tomato ragout (7,21c,36)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

1/2 Porridge Plum sauce (7,21d)  
0,90 € | 1,80 € | 2,00 €

Porridge Plum sauce (7,21d)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Eggplant and rice casserole (7,8,23,30,32)  
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

Marinated pork neck with rosemary sauce (2,27,36)  
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Tow falafel bagel with chili-ginger-sauce (7,21a, 28,36)  
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Savoy cabbage and potato pan with tomatoes, capers and linseed, served with oat dip (21d,26a)  
2,95 € | 5,50 € | 6,80 €

White bean stew with turnips  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

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

1/2 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and 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 €

## Freitag

Baked black salify vegetable fillet and herbs dip (7,24,30)  
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Steamed coalfish Tomato-Herbs with turmeric sauce (7,21a,21d, 26a,36)  
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Mushroom and rye pan with marinated soy cubes and peanuts (7, 8,21b,25,28,32)  
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Spiral noodles with carrots, sun-dried tomatoes, pumpkin seeds and tomato sauce (6,7,21a,27,32)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Millet porridge with rhubarb and strawberry sauce (7,30)  
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

1/2 Millet porridge with (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 €



## Montag

### Beilage

Corn with herbs (36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Curried vegetables (31)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

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

Rice with bell pepper  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Dienstag

Turnip cabbage with sesame (31,36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Cabbage with bell peppers  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Two potato dumplings  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Mittwoch

Romanesco  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Carrots and apples (7)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Mashed sweet potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Rice with pumpkin seeds  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Donnerstag

Green beans and onions  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Yellow and green zucchini  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Parsley potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Gratin dauphinois (30,36)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €

Brown rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

## Freitag

Vegetables mix (36)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Tuscan style silverbeet and tomatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Homemade potato salad with mayonnaise (7,13,36,29)  
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 €
- 5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Curd cheese with roasted nuts (26a,26b,26c,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Banana coconut yogurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Peach melba pudding (28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Dienstag

- 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 (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Cherry yogurt with spelt (7,21e,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - hazelnut pudding (9,26b,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Mittwoch

- 2 - Stracciatella yogurt (30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yogurt with blackberries and sunflower seeds (21e,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Peach and green seed curd (7,21d,26a)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 5 - Plain yoghurt (7,30)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Lemon pudding (8,28)  
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

## Donnerstag

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

## Freitag

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