

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

- Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- greek salad with feta cheese (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Hummus - chickpea puree with fresh lime and sesame paste (7,8,10,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

- greek salad with feta cheese (7,8,10,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Hummus - chickpea puree with fresh lime and sesame paste (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

- greek salad with feta cheese (7,8,10,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Hummus - chickpea puree with fresh lime and sesame paste (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

- greek salad with feta cheese (7,8,10,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Hummus - chickpea puree with fresh lime and sesame paste (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

- greek salad with feta cheese (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Hummus - chickpea puree with fresh lime and sesame paste (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Salat

- Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,30 €
- Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,30 €

- Small salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,30 €
- Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Dressing

- 2 - American dressing (7,28)
- 1 - herb dressing (7,28,29)
- 3 - French dressing (7,28,29)

- 2 - American dressing (7,28)
- 1 - herb dressing (7,28,29)
- 3 - French dressing (7,28,29)

- 3 - French dressing (7,28,29)
- 1 - herb dressing (7,28)
- 2 - American dressing (7,28,29)

- 2 - American dressing (7,28)
- 3 - French dressing (7,28,29)
- 1 - herb dressing (7,28,29)

- 1 - herb dressing (7,28,29)
- 3 - French dressing (7,28)
- 2 - American dressing (7,28,29)

Montag



Suppe

   vegetable soup (27,36,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





Dienstag

  Mango lassi (7,30)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





Mittwoch

    Vegetable broth with rice (27,36)
0,55 € | 1,10 € | 1,25 €



Donnerstag



    Wild mushroom soup with soy cream and parsley (7,28,36)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Freitag

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


Aktion

    Grated Gouda cheese (7,21a,26c,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

  grated vegan melt (8)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €




   Fusili with spinach sauce, tomatoes and walnuts (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €





    Mayo vegan / tomato sauce (7,29)
0,15 € | 0,20 € | 0,25 €

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

  Pasta Tomato sauce with tofu (8)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €

    Grated Gouda cheese (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €





   grated vegan melt (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €

    French fries (7,29)
0,15 € | 0,20 € | 0,25 €





    Mayo vegan / tomato sauce
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

    Spaghetti with herb pesto (21a,25,26a,26b,26c)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

    Mayo vegan / tomato sauce (7,29)
0,15 € | 0,20 € | 0,25 €

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

    Spaghetti with soyabolognese and fresh basil (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

    French fries (21a,30)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

    Mayo vegan / tomato sauce
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

    Spaetzle with cheese sauce and onion melt (7,29)
0,15 € | 0,20 € | 0,25 €

     Grated Gouda cheese (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €



Montag

Essen

Two baked vegetable medallions Soy curry sauce (7,21a,21e,27,28,36)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Bahji Onion fried patty Soy curry sauce (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 €

Dienstag

Vegan Bratwurst with barbecue sauce (21a,27,36,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Bell pepper stuffed with mediterranean vegetables with gravy (21a,21e,23,28,36)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Cabbage roll with soy wheat filling with gravy (7,36,29)
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 €

Mexican bean stew with soy mince and chili (7,27,28,36)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Four egg pancakes with apple sauce (7,21a,23,30)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Mittwoch

Zurich pea chunks with mushrooms in soy cream (21a,21e,27,36)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Baked vegetable medallion with herb sauce (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 €

Sweet potato casserole with sunflower seeds and chickpeas (8,28)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

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

Donnerstag

Baked celery medallion Herb sauce (7,28,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Sweet and sour soy slices with bamboo shoots, red bell pepper and pineapple (7,21a,21e,23,27,28,30)
2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Two baked spinach and spelt medallions Herb sauce (7,21a,27,28,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Baked potatoes with vegetables and pumpkin seeds served to tomato sauce (7,8,32)
3,80 € | 7,60 € | 8,75 €

Ravioli with vegetables sauce (7,21a,27,28,36)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

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

Freitag

Two polenta and spinach pockets with Curcuma Sauce (21a,23,27,28,30,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Tow falafel bagel with Curcuma Sauce (21a,28,36)
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 €

Lentil stew with root vegetables (27,29)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €







Homemade Kaiserschmarrn Plum 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 €
-  Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra (36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €






Dienstag

-  Broccoli
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Sauerkraut
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Homemade mashed potatoes (30)
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)
0,75 € | 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 €
-  Sauce/Dip Extra (36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

-  Needle beans
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Ratatouille (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Fusilli (21a)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra (36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

-  Carrots and peas
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Turnip cabbage with sesame (31,36)
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 €
-  Sauce/Dip Extra (36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Montag

Dessert

- Homemade cheese cake (21a,26a,28)
1,10 € | 1,20 € | 1,30 €
- Brownie with Almond (23,30)
1,80 € | 2,00 € | 2,15 €
- apple pie with crumble (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie vegan (7, 21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- 4 - Oat yogurt with raspberries (7,21a,21c, 21d,26a,26b,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Curd with muesli (7,21d,26a)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Poppy seed yogurt with tangerines (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Plain yoghurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- melon
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Dienstag

- Brownie vegan (21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- cherry pie with crumble (21a,26a,28)
1,10 € | 1,20 € | 1,30 €
- Homemade cheese cake (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie with Almond (23,30)
1,80 € | 2,00 € | 2,15 €
- 5 - Curd with muesli (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 2 - Cherry yoghurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Plain yoghurt (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 4 - Oat yoghurt with apple and cinnamon (7,21a,21c, 21d,26a,26b,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 3 - Strawberry curd (7, 21d,26a)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Mittwoch

- blueberry muffin with hazelnuts (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Brownie with Almond (21a,26b)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Chocolate pound cake with banana (21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Brownie vegan (7, 21a,26a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Plum pie with crumble (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Muffin with apple and almonds (21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Muffin with banana and cherries (21a,26a,28)
1,10 € | 1,20 € | 1,30 €
- Chocolate muffin (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- 1 - Plain yoghurt (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Blueberry curd with sunflower seeds (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Yoghurt with honey and sesame seed (21d,26a)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Oat yogurt with tangerines and coconut (30,31)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Donnerstag

- blueberry muffin with hazelnuts (23,30)
1,80 € | 2,00 € | 2,15 €
- Homemade cheese cake (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Brownie vegan (21a,26b)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Brownie with Almond (21a,26a,28)
1,10 € | 1,20 € | 1,30 €
- Muffin with apple and almonds (21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Muffin with banana and cherries (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Chocolate muffin (7,21a,26a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- cherry pie with crumble (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Wortleberry yoghurt (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Curd with Plum with nut (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Plain yoghurt (7,21d,26a,26c)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Oat yogurt with peach (7,26b,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Freitag

- Muffin with banana and cherries (7,21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Chocolate pound cake with banana (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie vegan (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Chocolate muffin (21a)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- apple pie with crumble (21a,26a,28)
1,10 € | 1,20 € | 1,30 €
- blueberry muffin with hazelnuts (21a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Brownie with Almond (21a,26b)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Muffin with apple and almonds (7,21a,26a)
1,40 € | 1,60 € | 1,75 €
- Oat yoghurt with wild berries (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- 1 - Plain yoghurt (21d,26a,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Raspberry coconut curd (7,21d,26a)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €
- Pear- oat- yoghurt (7,30)
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 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.