

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

- spicy Kimchi with Na-pa cabbage (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- greek salad with feta cheese (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
- Curd cheese with herb and linseed oil (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

- Curd cheese with herb and linseed oil (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Salat

- 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)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- 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)
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 € | 4,50 €

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

Dressing

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

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

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




- 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)
- 2 - American dressing (7,28,29)





Montag



Suppe

   Mexican bean stew with soy mince and chili (27,28,36)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €




Dienstag

  Indian-style cauliflower stew with tomatoes, chickpeas and coriander (7,28)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €



Mittwoch




  Red lentil soup Turkish style with Oat dip (7,21d,26a,27,28,31,36,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Donnerstag

   Brandenburg pea stew with root vegetables and leaf parsley (27,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Freitag




  Brandenburg pea stew with root vegetables and leaf parsley (27,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €




   Potato stew with wild mushrooms (27,36,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Aktion




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



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




   Wok vegetables with tofu, peanuts-sauce and rice (25,27,28,29)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €




   Wok vegetables with red lens, sweet-sour sauce and rice (27,28,31,29)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

    Pasta with cereal bolognese (7,8,21a,21b,21e,27)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

   Wok vegetables with bean seeds, thai-curry-sauce and rice (21e,27,28)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €


















  Wok vegetables with mushrooms, lime sesame sauce and rice (7,21e,27,28,31)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

   Fusili with paprika sauce and green pepperoni (6,21a,27)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €








   Wok vegetables with tofu, mango-sauce and rice (27,28,29)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Montag










Essen

- 

 Vegetable slice bordelaise au gratin and herb dip (21a,27,31)
 2,15 € | 4,30 € | 4,95 €
- 

 Two sesame and carrot sticks with curry sauce (7,21a,21d,26a,27,36)
 2,65 € | 5,30 € | 6,10 €
- 





 Quinoa and vegetable pan with red beans and oat dip (7,21d,26a,27)
 2,75 € | 5,50 € | 6,35 €
- 




 Wheat bread bun (21a,21b,36)
 0,30 € | 0,35 € | 0,40 €
- 

 Homemade potato rösti with Apple sauce
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €










Dienstag

- 

 Edamame fried patty and herb dip (21a,21e,23,28,36)
 2,45 € | 4,90 € | 5,65 €
- 

 Cabbage roll with soy wheat filling with gravy (7,21a,21d,27,31)
 2,45 € | 4,90 € | 5,65 €
- 

 Two sesame and carrot sticks and herb dip (7,21d,26a,28)
 1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
- 

 Indian-style cauliflower stew with tomatoes, chickpeas and coriander and Tortillaschips with chili (21a,28,29)
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €



Mittwoch









- 




 Breaded cutlet from wheat protein with gravy (21a,36)
 1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- 

 Wheat protein meatball with gravy (21a,36,29)
 1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- 

 Red lentil soup Turkish style with Oat dip (7,21d,26a,27,28,31,36,29)
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Donnerstag

- 

 Baked celery medalion with parsley sauce (7,21a,28)
 2,15 € | 4,30 € | 4,95 €
- 

 Beet buffer with parsley sauce (7,21a,27,28,36)
 1,75 € | 3,50 € | 4,05 €
- 




 Brandenburg pea stew with root vegetables and leaf parsley (27,29)
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Freitag

- 

 Wheat protein meatball with gravy (21a,36,29)
 1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- 

 Two baked potato pockets with cream cheese filling with currydip (7,30,29)
 1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- 

 Wheat bread bun (21d,26a,27,36,29)
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- 

 Brandenburg pea stew with root vegetables and leaf parsley (27,29)
 1,45 € | 2,90 € | 3,35 €
- 




 Potato stew with wild mushrooms Oat yogurt with herbs (21a,21b,36)
 0,30 € | 0,35 € | 0,40 €
- 

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



Montag

Beilage

- Romanesco
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Leaf spinach
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice with vegetables (27)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Dienstag

- Cauliflower with breadcrumbs (21a,36)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Sauerkraut with carrot and gray (21c)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Homemade mashed potatoes (30)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Rice with vegetables (27)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Mittwoch

- White beans with tomatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Sauerkraut with carrot and gray (21c)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice with green spelt (21e)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

- Carrots mix
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- White beans with tomatoes and eggplants (29)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Penne (21a)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

- Brussels sprouts
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Chinese style vegetables (27,28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Risoni (21a,36)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Couscous (21a,31)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Basmati rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Dessert	<ul style="list-style-type: none">  Chocolate pound cake with banana (7,21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 €  apple pie with crumble (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 €  Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 €  Homemade cheese cake (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 €  4 - Oat yogurt with raspberries (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  3 - Curd with muesli (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  2 - Peach yoghurt with currants (7,21d,26a) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  1 - Plain yoghurt (7,21a,21c,21d,26a,26b,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 € 	<ul style="list-style-type: none">  Chocolate pound cake with banana (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 €  Homemade cheese cake (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 €  Brownie vegan (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 €  3 - mint curd with chocolate chips (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  2 - Peach yoghurt with currants (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  6 - Curd with muesli (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  8 - Banana coconut yogurt (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  1 - Plain yoghurt (7,21a,21c,21d,26a,26b,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  7 - hazelnut pudding (26g,28) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  5 - Lemon pudding (9,26b,28) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  4 - Pistachios pudding (8,28) 0,70 € 1,40 € 1,60 € 	<ul style="list-style-type: none">  Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 €  Homemade cheese cake (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 €  3 - Peach yoghurt with currants and fig (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  1 - Plain yoghurt (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  2 - Peach yoghurt with currants and walnut (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  5 - Banana coconut yogurt (26c,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  4 - Banana pudding (28) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  6 - Lemon pudding (8,28) 0,70 € 1,40 € 1,60 € 	<ul style="list-style-type: none">  Homemade cheese cake (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 €  Brownie vegan (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 €  2 - Peach yoghurt with currants and walnut (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  5 - mint curd with chocolate (26c,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  1 - Apple cinnamon curd (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  6 - raspberries yoghurt (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  3 - Peach yoghurt with currants and fig (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  4 - chocolate pudding with cherry and vanilla sauce (28,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 € 	<ul style="list-style-type: none">  Homemade cheese cake (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 €  Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 €  3 - Banana cream curd with chocolate and mint (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  1 - Peach yoghurt with blueberries with sunflower seeds (7,30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  7 - Cherry yoghurt with cinnamon (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  2 - wildberry curd (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  6 - Peach yoghurt with currants and fig (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  4 - nougat pudding with banana (30) 0,70 € 1,40 € 1,60 €  5 - wild berries-ragout with vanilla sauce (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 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.