

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

Asian noodle salad (6,7,21a,25,28)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

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

Glass noodle salad (6,7,21a,28)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Salat

salad buffet big bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad bar small bowl
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad buffet big bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad bar small bowl
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad bar small bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad buffet big bowl
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad bar small bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad buffet big bowl
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad bar small bowl
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad buffet big bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Suppe

one slice of focaccia (21a,36)
0,30 € | 0,35 € | 0,40 €

sweet-sour-spicy soup (6,27,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

One slice of spelt focaccia (21e,36)
0,30 € | 0,35 € | 0,40 €

Carrot-ginger soup with coconut (7,27,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

One slice of olive focaccia (7,21a,36)
0,30 € | 0,35 € | 0,40 €

Lentil soup (7,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

One slice of whole grain focaccia (21a,36)
0,30 € | 0,35 € | 0,40 €

Oriental chick-pea soup (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

one slice of focaccia (21a,36)
0,30 € | 0,35 € | 0,40 €

Gazpacho - Cold Spanish vegetable soup (7,27,32)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Aktion

Pasta with olive oil, garlic, chili and fresh parsley (6,21a)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Swabian cheese spaetzle with onion melt (21a,30)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

French fries
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Sloppy Joes Burger - burger with beefragout in the Brioche Bun (13,21a,21c,23,27,30,36,29)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Homemade spinach pasta with curry sauce, tofu and roasted peanuts (6,7,21a,25,28,29)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €



Montag

Essen

1 half of deep fried cauliflower with parsley vinaigrette with barbecue-sauce (7,25,31,29)

2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

Quinoa and vegetable pan with beans and oat dip (7,21d,26a,27)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Dienstag

3 lentil falafel with oriental walnutsauce (7,26c,27,28,31)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Glass noodles with vegetables, sweet and spicy Chinese cabbage and sesame seeds (28,31)

2,10 € | 4,20 € | 4,85 €

Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Mittwoch

Indian vegetable ragout with ginger and pea chunks (7,21a,28,36)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Breaded cutlet from wheat protein with mushroomsauce (7,26a)

2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Buckwheat and lentil pan with raisins and peanut sauce (6,7,25,28,31)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

potatoegratin (30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Donnerstag

Thinly sliced turkey with mushrooms (7,30,36)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Beet buffer with red beet sauce (7,13,21a,28)

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Potato pan with white cabbage, walnut kernels and herb dip (7,21d,26a,26c)

2,95 € | 5,50 € | 6,80 €

Brandenburg pea stew with root vegetables and leaf parsley (27,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Freitag

sweet potatoe-arugula patty with sesame with curry mango sauce (7,21a,31,36,29)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

trout fillet with almond coating with mustard-honey-dillsauce (7,21a,24,26a,28,36,29)

2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Wheat grains with tofu and leek in tomato ragout (7,21a,28)

2,95 € | 5,50 € | 6,80 €

Vanilla semolina pudding with sugar and cinnamon and rhubarb compote (7,21a,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Montag

Beilage

- Carrots and apples (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Cabbage with bell peppers
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Dienstag

- Needle beans
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Spiced chickpeas (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- mediterranean potatoe salad (6,7,32,29)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- yellow rice (29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Mittwoch

- Cauliflower
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Red cabbage with apples (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Basmati rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Donnerstag

- Mediterranean style vegetables (7,8,32)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Brussels sprouts
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Freitag

- Spiced chickpeas (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Leaf spinach in soy cream (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mashed potatoes vegan (28)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice with tomatoes
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Dessert

- Plum cake with crumble and sugar glaze (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie (7, 21a,23,30)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- dessert buffet bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

- Brownie (7, 21a,23)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Banana cake with sugar glaze (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- dessert buffet bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

- Marble cake and sugar glaze (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie (7, 21a,23,30)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- dessert buffet bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

- Brownie (7, 21e,23)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- Lemon cake with sugar glaze (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- dessert buffet bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

- blueberry pie with sugar glaze (21a,28)
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
- Brownie (7, 21a,23,30)
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
- dessert buffet bowl
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

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.