

Montag

Salat

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

Dienstag

- Fennel salad with pineapple and almonds (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Large salad bowl (26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Quinoa salad with peppers and cashews (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- Small salad bowl (26d,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Mittwoch

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

Donnerstag

- Small salad bowl (7,13,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Celery salad with apricots and almonds (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Large salad bowl (13,27)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €
- Pasta salad with peas, cauliflower and carrots (26a,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Freitag

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

Dressing

- American dressing (7,28,29)
- herb dressing (7,28,29)
- French dressing (7,28)

- herb dressing (7,28,29)
- French dressing (7,28,29)
- American dressing (7,28)

- French dressing (7,28)
- herb dressing (7,28,29)

- French dressing (7,28)
- herb dressing (7,28,29)

- herb dressing (7,28)
- American dressing (7,28,29)
- French dressing (7,28,29)

Suppe

- Tomato cream soup (30,36)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Romanesco broccoli cream soup (7,28,36)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Spinach cream soup (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Broccoli soup (28,36)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Herb soup (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Aktion

● Indonesian style sliced pork with peanut butter, vegetable and basmati rice (2,25,27,28)
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

Essen

● ● ● ● 3 kale hemp balls with curry sauce
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

● ● Bahji Onion fried patty with-yoghurt-dip (7,30,31)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

● ● Edamame fried patty with-yoghurt-dip (7,28,30,31)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

● ● ● Quinoa and vegetable pan with red beans and salad cream dip (7,27,29)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

● ● ● Beef and pork burger with onion and marjoram sauce (2,14,21a,23,30,36,29)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

● ● ● Bell pepper stuffed with mediterranean vegetables on tomato-rosemary sauce (21a,27,29)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

● ● ● ● Glass noodles with vegetables, sweet and spicy Chinese cabbage and sesame seeds (28,31)
1,90 € | 3,80 € | 4,35 €

● ● Two polenta and spinach pockets with tomato and basil sauce (21a,36,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

● ● Minced roll of wheat protein stuffed with tomato with gravy (21a,23,27,30,36)
2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

● ● ● Noodle gratin with tomato and cheese (21a,23,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

● ● ● Thinly sliced turkey with mushrooms (7,30,36)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

● ● Beet buffer on chive sauce (7,21a,28,36)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

● ● ● ● Potato pan with white cabbage, walnut kernels and herb dip (7,21d,26a,26c)
3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

● ● Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and wild berries (7,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

● ● ● ● Wheat grains with tofu and leek in tomato ragout (7,21a,28)
2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

● ● ● Wholemeal pasta with mushroom sauce and herb (7,21a,28,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



Montag

Beilage

- Romanesco
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- 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

- Carrots mix
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Peas and corn (36)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Mittwoch

- Broccoli
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes with rosemary
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Wild rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Donnerstag

- Leek in cream (7,28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Balkan style vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Spaetzle (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

- Balkan style vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Homemade potato salad vinegar / oil (13,36,29)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Basmati rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Sauce/Dip Extra (, 36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



Montag

Dessert

- Poppy seed yogurt with tangerines (7, 21a,21c,21d,26a,26b,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Curd with muesli (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pistachio pudding (7,21a,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla semolina porridge with blueberry sauce (7,26g,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Dienstag

- Apple and cinnamon yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Strawberry curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Nougat pudding (26b,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Rice pudding (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- cold bowl with peach,mango and mandarin
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Mittwoch

- Peach yoghurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Blueberry curd (7, 21a,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla semolina pudding (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla blancmange (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Donnerstag

- Blackberry curd (21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Gooseberry yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Oats yogurt with bananas (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- hazelnut pudding (9,26b,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Freitag

- Raspberry coconut curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pear-oat-yogurt (21d,26a,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Oat yoghurt with wild berries (7,21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- nougat pudding (26b,28)
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.