



Montag

Salat

Small salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

Dienstag

Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

Mittwoch

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

Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Donnerstag

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

Small salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Freitag

Large salad bowl (13,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

Dressing

American dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

French dressing (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

American dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

French dressing (29)

Vinaigrette sauce (7,28,29)

American dressing (7,28,29)

French dressing (7,28,29)

Vinaigrette sauce (29)

American dressing (7,28,29)

Suppe

mushroom soup (7,28)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Spinach curry soup with tofu (28)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

mushroom soup (7,28)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Romanesco broccoli cream soup (7,28,36)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Zucchini cream soup (28,36)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Aktion

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

Pasta with soy-abolognese and fresh basil (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Pasta with soy-abolognese and fresh basil (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €



Montag

Essen

6 Lentil Millet Balls on chive sauce (7,21a,21d,28,36)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

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

Dienstag

Beef goulash Hungarian style (7,36)
3,15 € | 6,30 € | 7,25 €

Glass noodles with vegetables, sweet and spicy Chinese cabbage and sesame seeds (28,31)
2,10 € | 4,20 € | 4,85 €

Thai potato soup with coconut milk and ginger (7,27,28,29)
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 €

Eggplant and rice casserole (7,8,23,30,32)
1,45 € | 2,90 € | 3,35 €

Donnerstag

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

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 €

Freitag

Steamed coal-fish Tomato-Herbs with turmeric sauce (7,24,30)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Baked black saltify vegetable fillet and herbs dip (7,21a,21d,26a,36)
2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

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

Beilage

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

Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

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

Sauce/Dip Extra (,36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Turnip cabbage with sesame (31,36)
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 €

Romanesco
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

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

Sauce/Dip Extra (,36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

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

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

Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Sauce/Dip Extra (,36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

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

Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €

Wild rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Sauce/Dip Extra (,36)
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



Montag

Dessert

Blueberry curd with sunflower seeds (7,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Dienstag

Stracciatella yogurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Mittwoch

Stracciatella yogurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Donnerstag

Rhubarb curd with almonds (26a,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Blueberry yoghurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Freitag

Mango curd (7,21e,30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

Apple-green spelt yogurt (30)
0,70 € | 1,40 € | 1,60 €

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.