



Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Vorspeise

Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

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

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

Asparagus salad with chervil and tomato (7,32)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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

Salat

Salad plate special with soft cheese and sunflower seeds (8, 10,30)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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

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

Salad plate special with marinated tofu and black sesame seeds (28,31)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

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

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

Special salad plate with mozzarella and sun-dried tomatoes (6,30,32)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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

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

Salad plate special with marinated soy strips and roasted sesame seeds (28,31)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

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

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

Special salad plate with mozzarella and sun-dried tomatoes (6,30,32)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

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

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

Suppe

Carrot and coconut soup (28,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Wild mushroom cream soup (7,27,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Turnip cabbage cream soup (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Asparagus cream soup with cress (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Vegetable cream soup (7,27,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €



Montag

Aktion

Homemade pasta with cereal bolognese (7,8,21a,21b,21e,27)

2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Dienstag

Hamburger in sesame bun (13,14,21a,31,36,29)
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

French fries
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Homemade turmeric Pasta with spinach sauce, fresh tomatoes and roasted walnuts (7,21a,26c,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Mittwoch

French fries
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €

Homemade pasta with spinach sauce (7,21a,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Wok vegetables with fennel, celery and peanuts on noddle (25,27,28,29)
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

Donnerstag

Homemade turmeric Pasta Tomato sauce with soft cheese (21a,27,30)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Freitag

Homemade turmeric Pasta with spinach sauce, fresh tomatoes and roasted walnuts (7,21a,26c,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €

Marinated soy stripes with lemongras, mushrooms pepper and rice (27,28)
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €



Montag

Essen

Crunchy style fried patty on lemon turmeric sauce (7,21a,21d,28)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

6 Lentil Millet Balls with wild mushroom sauce and herb (7,21a,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Green spelt--white beans pan with white cabbage, carrots and beet (7,21e)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Vegetable polenta Mediterranean ratatouille with (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

soy milk rice with sugar, cinnamon Fruit sauce (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Dienstag

Zucchini with vegetable and rice filling with bell pepper and tomato sauce (30)

2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

Thinly sliced beef Stroganoff style with cucumber, beetroot and mushrooms (6,13,21a,27,28)

3,85 € | 7,70 € | 8,85 €

Green spelt-white beans pan with white cabbage, carrots and beet (7,21e)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar with vanilla sauce (21a,23,30,36)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Mittwoch

Soy goulash meat Szeged style (21a,36,29)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Minced roll of wheat protein stuffed with tomato Spicy-Chili-Dip (6,7,28)

1,35 € | 2,70 € | 3,10 €

Pumpkin and potato goulash with coconut milk and fresh ginger (7)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Donnerstag

Two baked vegetable medallions with lemon asparagus sauce (2,6,7,8,27,30,32)

3,65 € | 7,30 € | 8,40 €

Pork loin steak with pea topping with wild garlic sauce (7,21a,21e,27,28)

2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Potato pan with asparagus, sunflower seeds and herbs sauce (7,28)

4,05 € | 8,10 € | 9,30 €

Asparagus stew with spinach leaves, chickpeas and potatoes (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

soy milk rice with sugar, cinnamon Rhubarb compote (7,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Freitag

Zucchini with vegetable and rice filling with bell pepper and tomato sauce (7,24,30)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Two baked vegetable medallions with bell pepper and tomato sauce (21a,21e,27)

2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

Baked pollock fillet in rice breading with lime-yoghurt-dip (30)

2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

Rye and vegetable pan with marinated tofu and sunflower seeds (7,21b,27,28)

3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Risone with vegetable and almonds (21a,26a,27)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Four potato pancakes with apple compote (7,21a,23)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



Montag

Beilage

- Cauliflower
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Turnip greens
with pumpkin seeds (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- noodle (21a)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Dienstag

- Turnip cab-
bage
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mediterranean
style vegetables (7,8,32)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Parsley
potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Spaetzle (21a)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice with herbs
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Mittwoch

- Balkan style
vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Okra with to-
matoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Donnerstag

- carrots with aspara-
gus (7,28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Green beans
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Freitag

- Leipzig style
vegetables
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Leaf spinach in
soy cream (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
- Mashed sweet
potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
- Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €

Dessert

- Poppy seed yo-
gurt with tangerines (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Curd with sour
cherry (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Strawberry
curd (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Apple and cin-
namon yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding
(28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Yoghurt with
honey and sesame seed
(7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Blueberry curd
with sunflower seeds (30,31)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla semolina
pudding (21a,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Yogurt with
woodruff (8,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Wortleberry yoghurt
(30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- vanilla pudding (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fresh strawberries
with mint
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

- Wortleberry yoghurt
(30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Apricot yoghurt (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- vanilla pudding (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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.