

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Bulgur salad with mint (7,21a) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Asian noodle salad (6,7,21a,28) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Glass noodle salad with fresh mint (6,7,21a,28) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Mediterranean salad with potatoes and olives (7,8,10,32) 1,95 € 2,15 € 2,35 €
Salat	Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Mediterranean pasta salad (6,7,8,10,21a,32) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Mediterranean pasta salad (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Small salad bowl (7,21a) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Couscous salad (6,7,8,10,21a,32) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Large salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Mediterranean pasta salad (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Small salad bowl (6,7,8,10,21a,32) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Small salad bowl (6,7,8,10,21a,32) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Mediterranean pasta salad (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 €	Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 €
Dressing	Vinaigrette sauce (7,28,29) American dressing (7,28,29) French dressing (29)	American dressing (7,28,29) French dressing (7,28,29) Vinaigrette sauce (29)	American dressing (29) French dressing (7,28,29) Vinaigrette sauce (7,28,29)	American dressing (29) French dressing (7,28,29) Vinaigrette sauce (7,28,29)	French dressing (29) Vinaigrette sauce (7,28,29) American dressing (7,28,29)
Suppe	Leek cream soup with apples (7,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Indian chickpea soup (7,29) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Tomato cream soup with basil 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Vegetable cream soup (7,28,29) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Sour and spicy soup (6,7,27,28,31,29) 0,75 € 1,50 € 1,75 €



Montag

Aktion

- French fries with soy-chili ragout and chives dip (7,8,28)
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €
- Hard cheese grated (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Homemade pasta with soyabolognese and fresh basil (21a,27,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza Margherita (21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Dienstag

- Homemade pasta with mushroom sauce, smoked tofu and fresh parsley (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Hard cheese grated (7,21a,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Tarte flambée with fresh onions and flakes (2,6,7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Tarte flambée with bacon (7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Sliced beef with sesame, leeks, cabbage, and Rice (28,31)
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €

Mittwoch

- Herb gnocchi with capers and artichokes (7,21a,27)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Hard cheese grated (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Homemade pasta with tomato sauce, sun-dried tomatoes, olives and fresh basil (6,8,10,21a,27,32)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36)
5,95 € | 6,55 € | 7,15 €

Donnerstag





- French fries
1,45 € | 1,60 € | 1,75 €
- curry sausage with fries and coleslaw (2,7,14,29)
6,95 € | 7,65 € | 8,35 €
- Hard cheese grated (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Homemade pasta with Broccoli and mushroom sauce (21a,28)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Tarte flambée with bacon (2,6,7,21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Freitag





- Homemade pasta with tomato sauce, baked eggplant and fresh basil (21a,27)
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
- Hard cheese grated (30)
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
- Pizza Margherita (21a,30,36)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
- Tom Kha - Thai coconut soup with rice and soy stripes (7,28)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €





Montag





Essen

    3 vegetable balls with chickpea and coconut sauce (7,21a,28)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €


    Pumpkin-chiaseeds-Medallion Herb sauce (7,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Fruity vegetable curry with coconut milk and rice (7,29)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Porridge with almonds and raisins (7,21d,26a)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Porridge with almonds and raisins (7,21d,26a)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €





Dienstag

 Beef and pork burger with onion and marjoram sauce (2,14,21a,23,30,36,29)
3,15 € | 6,30 € | 7,25 €





    Two cooked eggs in mustard sauce (7,23,30,29)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Loubia - Moroccan white bean stew with savoy cabbage
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon morello cherries (21a,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Vanilla semolina porridge with sugar and cinnamon morello cherries (21a,30)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

Mittwoch

    Sweet and sour soy slices with bamboo shoots, red bell pepper and pineapple (21a,36)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €



    Breaded cutlet from wheat protein with gravy (28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Carrot--broccoli casserole with potato slices and cheese au gratin (23,30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



    yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar Vanilla sauce (21a,23,28,30,36)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



Donnerstag

    Beefsteak with provencal sauce (7,14,21a,23,36,29)
3,85 € | 7,70 € | 8,85 €





  Pumpkin-chiaseeds-Medallion with broccoli sauce (7,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





    Bavarian fried potatoes and mushrooms (7,27,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €





  1/2 Creamy rice pudding with cinnamon, sugar and Apple sauce (7,30)
1,10 € | 2,20 € | 2,55 €

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

Freitag







    Steamed coalfish fillet Lemon-Pepper with mango curry sauce (7,24,28,30,29)
2,85 € | 5,70 € | 6,55 €

    Three Swabian dumplings with spinach and tomato sauce (21a,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €







    Herb curd cheese with linseed oil and potatoes (30)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

Montag

Beilage

-  Carrot sticks
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Spicy egg-plants
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes with rosemary
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Dienstag

-  Peas
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Sauerkraut
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Mashed potatoes vegan (28)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Curried rice with vegetables (27,29)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €





Mittwoch

-  Cauliflower with sesame seeds (31)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Bell peppers and zucchini
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Baked potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Rice with almonds (26a)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

-  Turnip cabbage
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Brussels sprouts
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Roast potatoes
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

-  Needle beans
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Leaf spinach in soy cream (28)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Homemade potato salad vinegar / oil (13,29)
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Wild rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



Montag

Dessert

- Curd cheese with roasted nuts (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana coconut yogurt (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vegan yoghurt with apple and cinnamon (26a,26b,26c,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (9, 26b,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- hazelnut pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Dienstag

- Porridge with almonds and raisins (7,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Pineapple curd (21e)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Banana yoghurt with honey (7,21d,26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vegan yogurt with cheery (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Mittwoch

- Vegan yogurt with strawberries (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Stracciatella yogurt (21e,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach and green seed curd (28,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Donnerstag

- Vegan yogurt with rhubarb (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Peach and green seed curd (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Blueberry yoghurt (21e,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Fruit salad
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

Freitag

- Vegan yogurt with tangerines and almonds (26a)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Apple-green spelt yogurt (30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Mango curd (7,21e,30)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Red fruit jelly
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- chocolate pudding (28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Vanilla sauce (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.