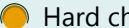




	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vorspeise	Bulgur salad with mint (7,21a) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Asian noodle salad (6,7,21a,28) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31) 1,95 € 2,15 € 2,35 €	Asparagus salad with chervil and tomato (7,32) 4,95 € 5,45 € 5,95 €	Mediterranean salad with potatoes and olives (7,8,10,32) 1,95 € 2,15 € 2,35 €
Salat	Small salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Large salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 €	Large salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Beetroot salad (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Small salad bowl (7,13,21e,30,32) 1,95 € 3,90 € 4,50 €	Large salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Small 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 €	Large salad bowl (13,27) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Small salad bowl (13,27) 1,95 € 3,90 € 4,50 €
Dressing	Vinaigrette sauce (7,28,29) French dressing (29) American dressing (7,28,29)	French dressing (29) American dressing (7,28,29) Vinaigrette sauce (7,28,29)	French dressing (7,28,29) Vinaigrette sauce (7,28,29) American dressing (29)	French dressing (7,28,29) American dressing (29) Vinaigrette sauce (7,28,29)	Vinaigrette sauce (29) French dressing (7,28,29) American dressing (7,28,29)
Suppe	Vegetable soup (7,27,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Broccoli soup (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Indian tomato soup with coconut milk (31) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Asparagus cream soup with watercress (7,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Broccoli soup (7,28) 0,75 € 1,50 € 1,75 €

Aktion	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	 French fries with soy-chili ragout and vegan chives dip (7,8,28) 3,95 € 4,35 € 4,75 €  Hard cheese grated (7,21a,28) 2,95 € 3,25 € 3,55 €  Homemade pasta with mushroom sauce and herb (30) 0,75 € 0,85 € 0,90 €  Pizza Margherita (21a,30,36) 4,95 € 5,45 € 5,95 €	 Homemade pasta Gorgonzola sauce (30) 0,75 € 0,85 € 0,90 €  Hard cheese grated (7,21a,30) 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 €  Chinese pan with marinated pork and rice (2,21a,27,28,29) 5,95 € 6,55 € 7,15 €	 Gnocchi with fried mushrooms and zucchini (7,21a,28) 4,95 € 5,45 € 5,95 €  Hard cheese grated (30) 0,75 € 0,85 € 0,90 €  Homemade pasta with spinach sauce, fresh tomatoes and roasted walnuts (7,21a,26c,28) 2,95 € 3,25 € 3,55 €  Pizza with mushrooms and red onions (21a,30,36) 5,95 € 6,55 € 7,15 €	 Fresh asparagus with butter and potatoes (7) 6,95 € 7,65 € 8,35 €  Homemade pasta Cereal bolognese (30) 0,75 € 0,85 € 0,90 €  Hard cheese grated (21a,21b,21d,21e,27) 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 €	 Hard cheese grated (21a,28) 2,95 € 3,25 € 3,55 €  Homemade pasta Bell pepper sauce with tofu (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

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 €

Vegetable polenta Mediterranean ratatouille with (7,28)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

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

Porridge with almonds and raisins (7,21d,26a)
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 (13,30)
3,85 € | 7,70 € | 8,85 €

Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

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

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

Mittwoch

Soy gulash meat Szeged style (6,7,28)
1,35 € | 2,70 € | 3,10 €

Minced roll of wheat protein stuffed with tomato Spicy-Chili-Dip (21a,36,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Noo-dle-broccoli casserole baked with cheese (21a,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

Pork loin steak with pea topping with wild garlic sauce (2,6,7,30)
3,65 € | 7,30 € | 8,40 €

Two baked vegetable medallions with lemon asparagus sauce (7,21a,21e,27,28)
2,45 € | 4,90 € | 5,65 €

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

Baked pollock fillet in rice breeding with lime and ginger sauce (6,21a,27,28,31,29)
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

Vegan spring roll Soy sauce with Chinese vegetables (7,24,30)
2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

Risone with eggplant, mint and almonds (21a,26a)
1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Beilage	Broccoli with almonds (26a) 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 € 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 €	Turnip cabbage 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 € Sauce/Dip Extra 0,30 € 0,60 € 0,70 €	Balkan style vegetables (27) 0,85 € 1,70 € 1,95 € Okra with tomatoes 0,85 € 1,70 € 1,95 € Potatoes 0,85 € 1,70 € 1,95 € Baked potatoes 0,95 € 1,90 € 2,20 € Rice with olives (7) 0,60 € 1,20 € 1,40 € Sauce/Dip Extra 0,30 € 0,60 € 0,70 €	Zucchini (7,28) 0,85 € 1,70 € 1,95 € Potatoes 0,85 € 1,70 € 1,95 € Baked potatoes 0,95 € 1,90 € 2,20 € Brown rice 0,60 € 1,20 € 1,40 € Sauce/Dip Extra 0,30 € 0,60 € 0,70 €	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 € Fried potatoes 0,95 € 1,90 € 2,20 € Brown rice 0,60 € 1,20 € 1,40 € Sauce/Dip Extra 0,30 € 0,60 € 0,70 €



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Dessert	Curd with muesli (30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Poppy seed yogurt with tangerines (7) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vegan yogurt with raspberries (7,21a,21c,21d,26a,26b,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vanilla sauce (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Red fruit jelly 0,75 € 1,50 € 1,75 € chocolate pudding (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Fruit salad 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Vegan yogurt with cheery (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Strawberry curd 0,75 € 1,50 € 1,75 € Apple and cinnamon yoghurt (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Porridge with almonds and raisins 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vanilla sauce (7,21d,26a) 0,75 € 1,50 € 1,75 € chocolate pudding (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Red fruit jelly (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Fruit salad 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Vegan yogurt with mandarins and coconut (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Yoghurt with honey and sesame seed 0,75 € 1,50 € 1,75 € Blueberry curd with sunflower seeds (30,31) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vanilla sauce (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € chocolate pudding (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Red fruit jelly (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Fruit salad 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Curd with rhubarb cream (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Yogurt with woodruff (8,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vegan yogurt with peach and walnuts (7,26c) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vanilla sauce (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € chocolate pudding 0,75 € 1,50 € 1,75 € Red fruit jelly (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Fresh strawberries with mint 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Vegan yoghurt with wild berries (7) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Pear and oat yogurt (21d,26a,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Raspberry coconut curd (30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € chocolate pudding (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Red fruit jelly (28) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vanilla sauce 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 Glutenthaltiges 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 Parannuss
 - 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



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.



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.



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.



Das Gericht **verbessert** die CO₂-Bilanz **wesentlich**. Der CO₂-Wert dieses Gerichts liegt unter der Hälfte des Durchschnitts-CO₂-Werts aller betrachteten Speisen.



Das Gericht **verbessert** die CO₂-Bilanz **leicht**. Der CO₂-Wert dieses Gerichts liegt unter dem Durchschnitts-CO₂-Wert aller betrachteten Speisen.



Das Gericht **verschlechtert** die CO₂-Bilanz. Der CO₂-Wert dieses Gerichtes liegt über dem Durchschnitts-CO₂-Wert aller betrachteten Speisen.



Der Wasserverbrauch für dieses Gericht liegt unter dem durchschnittlichen Vergleichswert aller betrachteten Speisen.



Der Wasserverbrauch für dieses Gericht ist doppelt so hoch wie der durchschnittliche Vergleichswert aller betrachteten Speisen.



Der Wasserverbrauch für dieses Gericht ist mehr als doppelt so hoch wie der durchschnittliche Vergleichswert aller betrachteten Speisen.



Nachhaltige Fischerei: Es wird auf eine bestandsschonende Fischerei und nachhaltige Fangmethoden geachtet.



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.



Fairtrade: mit Bestandteilen aus fairem Handel



Vegetarisch: Gerichte werden ohne Fisch- und Fleischzutaten zubereitet. Milchprodukte und Ei können enthalten sein.



Vegan: Gerichte werden ausschließlich aus veganen Rohstoffen zubereitet. Es sind keine tierischen Rohstoffe enthalten.



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.

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.