

Montag

Vorspeise

-   Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   spicy Kimchi with Napa cabbage (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   greek salad with feta cheese (7,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Dienstag

-     Curd cheese with herb and linseed oil (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    greek salad with feta cheese (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    spicy Kimchi with Napa cabbage (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Mittwoch

-     Curd cheese with herb and linseed oil (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    spicy Kimchi with Napa cabbage (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   greek salad with feta cheese (7,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Donnerstag

-     greek salad with feta cheese (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-   Hummus with sesame seeds, tomatoes, cucumber, olive oil and lemon (7,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    spicy Kimchi with Napa cabbage (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    Asparagus salad with chervil and tomato (7,32)
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-    Curd cheese with herb and linseed oil (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Freitag

-    spicy Kimchi with Napa cabbage (30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    Curd cheese with herb and linseed oil (28,31)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €
-    greek salad with feta cheese (7,8,10,30)
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Salat

-     Small salad bowl (13,27)
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)
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 €

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



Montag

Dressing

- 1 - herb dressing (7,28,29)
- 3 - French dressing (7,28,29)
- 2 - American dressing (7,28)

Dienstag

- 1 - herb dressing (7,28,29)
- 2 - American dressing (7,28)

Mittwoch

- 2 - American dressing (7,28,29)
- 3 - French dressing (7,28)
- 1 - herb dressing (7,28,29)

Donnerstag

- 2 - American dressing (7,28,29)
- 1 - herb dressing (7,28)
- 3 - French dressing (7,28,29)

Freitag

- 3 - French dressing (7,28,29)
- 1 - herb dressing (7,28)
- 2 - American dressing (7,28,29)

Suppe

- dal - lentil stew with vegetables and sweet potato (7,27,28,31,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Thai potato soup with coconut milk and ginger (7,27,28,29)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Asparagus stew with spinach leaves, chickpeas and potatoes (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
- Asparagus cream soup with water-cress (7,28)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

- Kohlrabi stew with potatoes, pumpkin and spinach (7)
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Aktion	steakhouse french fries (7,29) 0,30 € 0,60 € 0,70 € 1 - curry-tomato ketchup 2 - Garlic mayonnaise 3 - Cocktail sauce 1,45 € 1,60 € 1,75 € Fusili with cereal bolognese and fresh basil (7,8,21a,21b,21e,27) 2,95 € 3,25 € 3,55 € Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	steakhouse french fries (7,29) 0,30 € 0,60 € 0,70 € 1 - curry-tomato ketchup 2 - Garlic mayonnaise 3 - Cocktail sauce 1,45 € 1,60 € 1,75 € Pasta with spinach sauce and walnuts (7,21a,26c,28) 2,95 € 3,25 € 3,55 € Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	1 - curry-tomato ketchup 2 - Garlic mayonnaise 3 - Cocktail sauce (7,29) 0,30 € 0,60 € 0,70 € steakhouse french fries 1,45 € 1,60 € 1,75 € Penne with cheese sauce (21a,30) 2,95 € 3,25 € 3,55 € Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	1 - curry-tomato ketchup 2 - Garlic mayonnaise 3 - Cocktail sauce 1,45 € 1,60 € 1,75 € steakhouse french fries (7,29) 0,30 € 0,60 € 0,70 € Fusili Tomato sauce with soft cheese (21a,27,30) 2,95 € 3,25 € 3,55 € Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36) 3,95 € 4,35 € 4,75 €	steakhouse french fries 1,45 € 1,60 € 1,75 € 1 - curry-tomato ketchup 2 - Garlic mayonnaise 3 - Cocktail sauce (7,29) 0,30 € 0,60 € 0,70 € Penne with paprika sauce and tofu (6,21a,27,28) 2,95 € 3,25 € 3,55 € Tarte flambée with fresh onions and flakes (7,21a,30,36) 3,95 € 4,35 € 4,75 €



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Essen	Crunchy style fried patty on lemon turmeric sauce (7,21a,28) 1,75 € 3,50 € 4,05 € 6 Lentil Millet Balls with wild mushroom sauce and herb (7,21a,21d,28) 1,95 € 3,90 € 4,50 € dal - lentil stew with vegetables and sweet potato (7,27,28,31,29) 1,75 € 3,50 € 4,05 € Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30) 1,75 € 3,50 € 4,05 €	Zucchini with vegetable and rice filling with bell pepper and tomato sauce (30) 2,85 € 5,70 € 6,55 € 6 Lentil Millet Balls with wild mushroom sauce and herb (7,21a,28) 1,75 € 3,50 € 4,05 € 3 kale hemp balls with bell pepper and tomato sauce (30) 1,75 € 3,50 € 4,05 € Crunchy style fried patty with wild mushroom sauce and herb (7,21a,21d,28) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27) 1,75 € 3,50 € 4,05 € Rye-wheat bread roll (21a,21b,21c,36) 0,55 € 0,60 € 0,65 € Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30) 1,75 € 3,50 € 4,05 €	Broccoli nut patty Spicy-Chili-Dip (21a,36,29) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Minced roll of wheat protein stuffed with tomato Spicy-Chili-Dip (8, 21a,21d,26a,26b,27,36) 1,95 € 3,90 € 4,50 € Thai potato soup with coconut milk and ginger (7,27,28,29) 1,75 € 3,50 € 4,05 € 2 slices whole grain bread (21a,21b,36) 0,55 € 0,60 € 0,65 € yeast dumpling with plum jam filling, poppy seed sugar with vanilla sauce (21a,23,30,36) 1,75 € 3,50 € 4,05 €	Two baked vegetable medallions with lemon asparagus sauce (7,21a,21e,27,28) 2,45 € 4,90 € 5,65 € Two polenta and spinach pockets with lemon asparagus sauce (7,21a,23,27,28,30,36) 2,45 € 4,90 € 5,65 € Asparagus stew with spinach leaves, chickpeas and potatoes (7,28) 1,75 € 3,50 € 4,05 € Wheat bread bun (21a,21b,36) 0,30 € 0,35 € 0,40 € soy milk rice with sugar, cinnamon Rhubarb compote (7,28) 1,75 € 3,50 € 4,05 €	Vegetable slice bordelaise au gratin with bell pepper sauce (21a,27,36) 2,65 € 5,30 € 6,10 € Kohlrabi stew with potatoes, pumpkin and spinach (7) 1,75 € 3,50 € 4,05 € Four egg pancakes with apple sauce (21a,23,30) 1,75 € 3,50 € 4,05 €



Montag

Beilage

-     Broccoli
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-    Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Dienstag

-   Mediterranean style vegetables (7,8,21b,21e,27,32)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Parsley potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Rice with vegetables (27)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-    Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Mittwoch

-     Balkan style vegetables (27)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Rice with olives (7)
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-    Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Donnerstag

-     Zucchini with asparagus (7)
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Carrots with ginger
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-    Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

Freitag

-     Leipzig style vegetables
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Potatoes
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-     Brown rice
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-    Sauce/Dip Extra
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Dessert	Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 € apple pie with crumble (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € cherry pie with crumble (7,21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € Chocolate pound cake with banana (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € Homemade cheese cake (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 € 1 - Plain yoghurt (7) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 2 - Poppy seed yogurt with tangerines (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 4 - Vegan yogurt with raspberries (30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 3 - Mint curd with chocolate chips (7,28,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € water melon 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Brownie vegan (23,30) 1,80 € 2,00 € 2,15 € cherry pie with crumble (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € Homemade cheese cake (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 € 5 - Poppy seed yogurt with tangerines (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 1 - Plain yoghurt (7,28,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 2 - Strawberry yoghurt (30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 4 - Vegan yogurt with cheery (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 6 - Mint curd with chocolate chips 0,75 € 1,50 € 1,75 € 3 - Banana yoghurt with chocolate chips (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 7 - Vegan yogurt with raspberries (7) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 € Chocolate pound cake with banana (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € cherry pie with crumble (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € Blueberry curd with sunflower seeds (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 1 - Plain yoghurt 0,75 € 1,50 € 1,75 € Yoghurt with honey and sesame seed (30,31) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vegan yogurt with mandarins and coconut (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 €	cherry pie with crumble (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 € Brownie vegan (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € 1 - Plain yoghurt (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Curd with rhubarb cream (8,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Vegan yogurt with peach and walnuts (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Yogurt with woodruff (7,26c) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Fresh strawberries with mint 1,50 € 1,65 € 1,80 €	Brownie vegan (21a,28) 0,90 € 1,00 € 1,10 € Chocolate pound cake with banana (21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € apple pie with crumble (7,21a) 1,25 € 1,40 € 1,50 € Vegan yoghurt with wild berries (30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Raspberry coconut curd (7) 0,75 € 1,50 € 1,75 € Pear and oat yogurt (7,30) 0,75 € 1,50 € 1,75 € 1 - Plain yoghurt (21d,26a,30) 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 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 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



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.