



## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag

### Vorspeise

Mediterranean pasta salad (6,7,8,10,21a,32)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Bulgur red lentil bowl with tomato lemon dressing (7,21a)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Schopska salad with feta cheese (7,8,10,30)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Lentil rice bowl with curry mango dressing and black sesame seeds (6,7,21a,31,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Homemade pasta salad with vegetables and mayonnaise (7,13,21a,29)  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Lentil rice bowl with curry mango dressing and black sesame seeds (6,7,21a,31,29)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

### Salat

salad bar small bowl  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad buffet big bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad buffet big bowl  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad bar small bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad bar small bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad buffet big bowl  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad bar small bowl  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad buffet big bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

salad bar small bowl  
1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

salad buffet big bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

### Suppe

carrot cream soup (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

beans pot (,13,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

potato soup with mustard (27,30,29)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

Cheese-leek soup (7,30)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

spicy tomato soup (7,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

### Aktion

Homemade Galetti Pasta Quattro Formaggi with arugula (7,21a,30)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €




Tom Kha - thai coconut soup with vegetables and rice (7,28)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Homemade pasta with tomato sauce and baked courgette (8,21a,27)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €






## Montag

### Essen



   3 vegetable balls in tomato sauce (21a,28)

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €




   Fruity vegetable curry with coconut milk and rice (7,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



## Dienstag

  Wheat protein meatball with gravy (21a,27,28,29)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



   Farfalle with fresh savoy cabbage and mushrooms (7,21a,28)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €



  steamed potatoes or concassee potatoes with herb curd cheese and linseed oil (30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €



## Mittwoch

  Fruity vegetable curry with coconut milk (7,29)

1,55 € | 3,10 € | 3,55 €




  Sweet and sour soy slices with bamboo shoots, red bell pepper and pineapple (28)

1,55 € | 3,10 € | 3,55 €


  Broccoli and potato casserole au gratin with cheese (23,28,30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €




## Donnerstag

   Thinly sliced beef Stroganoff style with cucumber, beetroot and mushrooms (7,21a,21e,27,28)

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

   Two baked vegetable medallions with sweet chili sauce (13,30)

3,65 € | 7,30 € | 8,40 €




   Potato and vegetable pan with cashew nuts and parsley sauce (7,26d,27,28)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €




   Zucchini stew with red beans

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €






## Freitag

   coconut-rice patty with peanuts and soy sauce (7,25,26d,27,28)



1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

   steamed salmon with fenel and thyme with sauce Bouillabaisse (7,24,27)





2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

     Farfalle with fresh savoy cabbage and mushrooms (7,21a,28)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

  Baked potatoes with herb cheese and linseed oil (30)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

    Vanilla semolina pudding with sugar and cinnamon Raspberry sauce (7,21a,30)





1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Montag


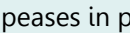

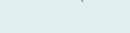
### Beilage

-  braked beans in soy creme (28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Bell peppers and corn  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Baked potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





## Dienstag

-  Leaf spinach in soy cream (28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Vegetable stir-fry  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





## Mittwoch

-  Romanesco  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  carrots and peas in parsley (28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Basmati rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





## Donnerstag


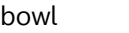

-  Brussels sprouts  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Okra with tomatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Parsley potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Brown rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €


## Freitag





-  Chinese style vegetables (27,28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Balkan style vegetables (27)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  mediterranean potatoe salad (6,7,32,29)  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Rice with bell pepper  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €





### Dessert

-  Brownie (21a,28)  
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
-  Plum cake with crumble and sugar glaze (7,21a,23,30)  
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
-  dessert buffet bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

-  Brownie (21a,23,26a,30)  
1,80 € | 2,00 € | 2,15 €
-  Bee sting (21a,28)  
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
-  dessert buffet bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

-  Brownie (7,21a,23,30)  
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
-  Strawberry cake with sugar glaze (21a,28)  
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
-  dessert buffet bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

-  semola cake with cherries (21a,23,30)  
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
-  Brownie (21a,28)  
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
-  dessert buffet bowl  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €
-  Fruit salad  
1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

-  Plum cake with crumble and sugar glaze (7,21a,23,30)  
1,25 € | 1,40 € | 1,50 €
-  Brownie (21a,28)  
0,90 € | 1,00 € | 1,10 €
-  dessert buffet bowl  
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 <b>verbessert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz <b>wesentlich</b>. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichts liegt unter der Hälfte des Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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 <b>verbessert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz <b>leicht</b>. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichts liegt unter dem Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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 <b>verschlechtert</b> die CO<sub>2</sub>-Bilanz. Der CO<sub>2</sub>-Wert dieses Gerichtes liegt über dem Durchschnitts-CO<sub>2</sub>-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.