



## Montag

## Dienstag

## Mittwoch

## Donnerstag

## Freitag

### Vorspeise

Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun-dried tomatoes (6,7,21a,32)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Glass noodle salad with pointed cabbage and bamboo shoots  
1,95 € | 2,15 € | 2,35 €

Wheat and white bean bowl with tomato and lemon dressing and sun-dried tomatoes (6,7,21a,32)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

Strawberry and asparagus salad (7,30)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €

Red lentil rice bowl with peanut dressing and toasted coconut (6,7,25)  
3,95 € | 4,35 € | 4,75 €

### Salat

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

Small 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 €

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)  
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)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

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

## Montag

### Dressing

-  herb dressing (7,28)
-  French dressing (29)
-  American dressing (7,28,29)
-  Vinaigrette sauce (7,28,29)

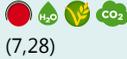
## Dienstag

-  with vegan chick-pea spread (29)
-  American dressing (7,28,29)
-  French dressing (7,28,29)
-  Vinaigrette sauce (7,31)

## Mittwoch

-  French dressing (7,28,29)
-  Vinaigrette sauce (7,28)
-  herb dressing (7,28,29)
-  American dressing (29)

## Donnerstag

-  French dressing (7,28)
-  Vinaigrette sauce (7,28,29)
-  herb dressing (7,28,29)
-  American dressing (29)

## Freitag

-  French dressing (7,28)
-  American dressing (29)
-  Vinaigrette sauce (7,28,29)
-  herb dressing (7,28,29)

### Suppe

-  Broccoli cream soup (28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

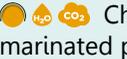
-  Turnip cream soup with pumpkin seed  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Indian tomato soup with coconut milk (31)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

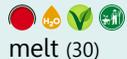
-  Asparagus cream soup with watercress (7,28)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

-  Mediterranean bouillon with herbs and olives (7,27)  
0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

### Aktion

-  Chinese pan with marinated pork and noodles (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 €

-  Spaetzle stir-fry with wild mushrooms and cream sauce (7,21a,28,32)  
4,95 € | 5,45 € | 5,95 €
-  Grated Gouda cheese (8)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €
-  Homemade wholemeal pasta with carrot celery sauce, fresh parsley and toasted walnuts.  
(7,21a,26c,27,28)  
2,95 € | 3,25 € | 3,55 €
-  grated vegan melt (30)  
0,75 € | 0,85 € | 0,90 €



## Montag

### Essen

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

2,15 € | 4,30 € | 4,95 €

Bahji Onion fried patty on lemon turmeric sauce (7,21a,28)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

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

1,95 € | 3,90 € | 4,50 €

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 €

## Dienstag

Thinly sliced beef Stroganoff style with cucumber, beetroot and mushrooms (13,30)

3,85 € | 7,70 € | 8,85 €

Braised cabbage and vegetable pan with wholegrain pasta and linseed (7,21a,28)

1,90 € | 3,80 € | 4,35 €

Korean lentil curry with vegetable and coconut milk (7,27)

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 €

Moroccan-style barley with figs, fresh mint and pistachios (7,21c,26g,31,29)

2,75 € | 5,50 € | 6,35 €

Noodle-broccoli casserole baked with cheese (21a,23,30)

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 €

Potato pan with asparagus, sunflower seeds and herb dip (7)

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

Vegetable slice bordelaise au gratin with bell pepper sauce (21a,27,36)

2,65 € | 5,30 € | 6,10 €

Baked pollock fillet in rice breading with lime and ginger sauce (7,24,30)

2,95 € | 5,90 € | 6,80 €

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

3,25 € | 6,50 € | 7,50 €

Risone with eggplant, mint and almonds (21a,26a)

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

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

1,75 € | 3,50 € | 4,05 €

## Montag

### Beilage

-  Broccoli with almonds (26a)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Turnip greens and sojacream with pumpkin seeds (7,28)  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Potatoes  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Fried potatoes  
0,95 € | 1,90 € | 2,20 €
-  Rice  
0,60 € | 1,20 € | 1,40 €
-  Sauce/Dip Extra  
0,30 € | 0,60 € | 0,70 €

## Dienstag

-  Turnip cabbage  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Cauliflower  
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 €

## Mittwoch

-  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 €

## Donnerstag

-  Zucchini with asparagus  
0,85 € | 1,70 € | 1,95 €
-  Carrots with ginger (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 €

## 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 €
-  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

### Dessert

   Vegan yogurt with blueberries and almonds (30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

  Tangerine curd (30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Cherry yoghurt (26a)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

  Peach melba pudding (28)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

## Dienstag

   Apple and cinnamon yoghurt (7,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

  after eight curd (30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Vegan yogurt with cheery

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

  Vanilla blancmange (7,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Fruit salad

1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Mittwoch

   Vegan yogurt with mandarins and coconut

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 €

   Banana pudding (28)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Fruit salad

1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Donnerstag

   Yogurt with woodruff (7,26c)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Vegan yogurt with peach and walnuts (7,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Curd with rhubarb cream (8,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Pistachios pudding (26g,28)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Fresh strawberries with mint

1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

   Fruit salad

1,50 € | 1,65 € | 1,80 €

## Freitag

   Raspberry coconut curd (7)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Vegan yoghurt with wild berries (21d,26a,30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   Pear and oat yogurt (30)

0,75 € | 1,50 € | 1,75 €

   nougat pudding (26b,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 <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.