



EHRliches ESSEN. TÄGLICH FRISCH.



	Montag, 20.01.2025	Dienstag, 21.01.2025	Mittwoch, 22.01.2025	Donnerstag, 23.01.2025	Freitag, 24.01.2025
Suppe	Hausgemachte Rindsbouillon mit Pfannkuchenstreifen mit Jodsalz 325 Kcal 1,30€	Kürbissuppe mit Walnüssen mit Jodsalz 168 Kcal 1,30€	Mexiko Maissuppe mit Chili mit Jodsalz 209 Kcal 1,30€	Klare Gemüsesuppe mit Reis mit Jodsalz 83 Kcal 1,30€	Karottensuppe mit Ingwer mit Jodsalz 101 Kcal 1,30€
Menü 1	Gegrillte Hähnchenkeule Coq au vin mit Wildreis 1, 2, 3, 5, mit Jodsalz 972 Kcal 13,20€ 6,60€	Schweinsbraten mit Bayrisch Kraut Biersoße und Knödel 1, 2, 3, 5, mit Jodsalz 867 Kcal 13,20€ 6,60€	Mexiko Chili con Carne mit Bohnen, Mais und Nachos 1, 2, 3, mit Jodsalz 944 Kcal 11,60€ 5,80€	Tandoori Chicken auf Ofengemüse mit Rucola und Brot mit Jodsalz 533 Kcal 13,20€ 6,60€	Feuriges Fischcurry mit Garnelen und Wildreis 2, 3, mit Jodsalz 651 Kcal 13,20€ 6,60€
Menü 2	Linguini mit Käsesoße, gerösteten Gemüse und Kresse 1, mit Jodsalz 821 Kcal 11,20€ 5,60€	Feta mit Rettichhaube und gebackenen Kartoffeln 3, mit Jodsalz 693 Kcal 11,20€ 5,60€	Parmesan Süßkartoffel aus dem Ofen auf Gemüse mit Avocado Dip 1, 2, 3, mit Jodsalz 708 Kcal 11,20€ 5,60€	Burrito gefüllt mit Belugalinsen und Gemüse dazu Kräuter Dip 3, 5, mit Jodsalz 561 Kcal 11,20€ 5,60€	Milchreis mit Heißen Sauerkirschen und Zimt Zucker mit Jodsalz 538 Kcal 9,50€ 4,75€
Menü 3	Food for Climate Vegan Gefüllte Zucchini auf Tomatenragout 1, 2, 3, 5, mit Jodsalz 400 Kcal 11,20€ 5,60€	Food for Climate Vegan Pasta mit Paprikasoße und Rucola 1, mit Jodsalz 545 Kcal 9,50€ 4,75€	Food for Climate Vegan Grünkern Risotto mit Linsen Dip 1, 3, 5, mit Jodsalz 651 Kcal 9,50€ 4,75€	Food for Climate Vegan Asiatische Bratnudeln mit Shiitakepilzen mit Jodsalz 1.232 Kcal 9,50€ 4,75€	Food for Climate Vegan Kürbis Kartoffel Mix mit Bohnen aus dem Ofen und Dip mit Jodsalz 311 Kcal 9,50€ 4,75€
Menü 4	Hähnchen Buddha Bowl mit Salaten und Linsen 1, 2 283 Kcal 11,20€ 5,60€	Thunfisch Poke Bowl mit Avocado, Salat und Kichererbsen 3 327 Kcal 11,20€ 5,60€	Vegetarischer Salat Bowl mit Bulgur und Feta Käse 3 298 Kcal 11,20€ 5,60€	Buddha Bowl mit marinierten Hähnchen, Salaten und Reis 2, 3, mit Jodsalz 385 Kcal 11,20€ 5,60€	Poke Bowl mit Linsen, Salat, Avocado und Makrelenfilet 3 607 Kcal 11,20€ 5,60€



EHRliches ESSEN. TÄGLICH FRISCH.

	Montag, 20.01.2025	Dienstag, 21.01.2025	Mittwoch, 22.01.2025	Donnerstag, 23.01.2025	Freitag, 24.01.2025
Dessert	Joghurt mit Chiasamen und Himbeeren 202 Kcal 1,20€	Mandelpudding 184 Kcal 1,20€	Mexiko Flan Grießcreme mit Karamellsoße 195 Kcal 1,20€	Süßer Quark mit Sauerkirschen 147 Kcal 1,20€	Rüblikuchen 5.376 Kcal 1,20€
Gemüse	Brokkoli 285 Kcal 1,30€	Kürbisgemüse mit Kernen 330 Kcal 1,30€	Blumenkohl mit Butterbrösel 118 Kcal 1,30€	Marktgemüse 272 Kcal 1,30€	Buttererbsen mit Zwiebeln 431 Kcal 1,30€
Salat	Frisches Salatbuffet 231 Kcal 2,00€	Frisches Salatbuffet 231 Kcal 2,00€	Frisches Salatbuffet 231 Kcal 2,00€	Frisches Salatbuffet 231 Kcal 2,00€	Frisches Salatbuffet 231 Kcal 2,00€