



# M.TOWER THE FOOD BASE

22. Week 26.05. - 01.06.2025

|                  | Montag                                                                                                    | Dienstag                                                                                | Mittwoch                                                                                                                                   | Donnerstag                                                                            | Freitag                                                                                |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Starter & Soup   | Orientalische Kichererbsensuppe   Brokkoli (VN)                                                           | Süßkartoffelsuppe   Chili (VN)                                                          | Kartoffelsuppe   Petersilie (V)                                                                                                            | Feiertag                                                                              | 30 Mai Grillfest auf der Terrasse im Messeturm.                                        |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>466 kJ, 111 kcal<br><b>3,90 €</b>                     | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>679 kJ, 163 kcal<br><b>3,90 €</b>   | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>345 kJ, 82 kcal<br><b>3,90 €</b>                                                       | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1120 kJ, 268 kcal<br><b>0,00 €</b> |
| Plant Based      | Chili sin Carne (VN)                                                                                      | Dukkah Ofenmöhren<br>Couscous   Harissa-Dip  <br>Granatapfelkerne   Koriander (VN)      | Frühlings-Bowl<br>Bunter Salat   Gebratene Champignons<br>  Knusprige Kartoffelwürfel  <br>Radieschen<br>Tomaten-Rosmarin-Vinaigrette (VN) | Feiertag                                                                              | From the grill<br>Grilled potato   sour cream dip (VN)                                 |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>666 kJ, 159 kcal<br><b>9,00 €</b>                     | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>2147 kJ, 514 kcal<br><b>9,00 €</b>  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>691 kJ, 165 kcal<br><b>9,00 €</b>                                                      | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>768 kJ, 182 kcal<br><b>4,50 €</b>  |
| Pan Asia         | Japanisches Tonkatsu<br>Knuspriges Hähnchenschnitzel  <br>Krautsalat  <br>Sushi-Reis   Teriyaki-Sauce (G) | Hähnchenbruststreifen "Thai Green"  <br>Mie-Nudeln (G)                                  | Asia Bowl<br>Reis   Gemüse   Algen (V)                                                                                                     | Feiertag                                                                              |                                                                                        |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>4662 kJ, 1115 kcal<br><b>14,90 €</b>                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>2164 kJ, 516 kcal<br><b>13,90 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1901 kJ, 455 kcal<br><b>12,90 €</b>                                                    | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br><b>0,00 €</b>                                              |
| Around the world | Putenrahmgeschnetzeltes  <br>Reis   glasierte Karotten (G)                                                | Spargel<br>Sauce Hollandaise   kleine Kartoffeln  <br>gekochter Schinken (S)            | BBQ-Rindfleisch-Burger<br>Speck   Tomaten   Zwiebeln (R,S)                                                                                 | Feiertag                                                                              | Vom Grill:<br>Bratwurst   Brötchen   Senf  <br>Röstzwiebeln (S)                        |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>755 kJ, 180 kcal<br><b>13,90 €</b>                    | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1758 kJ, 416 kcal<br><b>16,90 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>2538 kJ, 606 kcal<br><b>14,90 €</b>                                                    | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1021 kJ, 244 kcal<br><b>3,50 €</b> |
| M.Tower Lunch    | Überbackene Pasta   Ratatouille (V)                                                                       | Poutine<br>Pommes frites   Linsen   Chili  <br>Relish   Tomatensalsa (VN)               | Levantinischer Couscous-Zwiebelsalat  <br>Minze   Tomaten (VN)                                                                             | Feiertag                                                                              | Salad bowl   various toppings  <br>Balsamic dressing<br><br>At the Horizon Bar         |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1843 kJ, 440 kcal<br><b>6,50 €</b>                    | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>1903 kJ, 454 kcal<br><b>6,50 €</b>  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>2256 kJ, 538 kcal<br><b>6,50 €</b>                                                     | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>4035 kJ, 966 kcal<br><b>7,50 €</b> |
| Dessert          | Heidelbeer-Bananen-Smoothie (VN)                                                                          | Erdbeeren   Frischkäse   Limetten-Espuma (V)                                            | Erdbeeren   Grießpudding   Gebrannte Mandeln (VN)                                                                                          | Feiertag                                                                              |                                                                                        |
|                  | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>382 kJ, 91 kcal<br><b>3,90 €</b>                      | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>522 kJ, 124 kcal<br><b>3,90 €</b>   | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>393 kJ, 94 kcal<br><b>3,90 €</b>                                                       | CO <sub>2</sub> / Port.:<br>Energie pro Portion:<br>434 kJ, 104 kcal<br><b>0,00 €</b> | CO <sub>2</sub> / Port.:<br><b>0,00 €</b>                                              |

For food labeling information, check out our Everyday app.