

Starter & Soup

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Andalusische Gazpacho Kalte Gemüsesuppe (VN)	Pürierte Mangoldsuppe Schnittlauch (VN)	Linsencremesuppe Wurzelgemüse Bohnenkraut (VN)	Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.	Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 208 kJ, 50 kcal 5,60 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 282 kJ, 67 kcal 5,60 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 352 kJ, 84 kcal 5,60 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal 5,60 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal 0,00 €

Plant Based

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Überbackene Polenta Spinat Zucchini (VN)	Orangen-Fenchel Blechkartoffeln Rosmarin-Tomaten Dip	Buddha Bowl Quinoa Kichererbsen Ananas Radieschen Rucola Mango -Dressing (VN)	Aus der Pfanne Gerste/Buchweizen Gemüse Dip Schnittlauch (VN)	Pisto Manchego Kartoffel-Gemüse-Pfanne Kürbiskerne (VN)
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 5929 kJ, 599 kcal 9,00 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2281 kJ, 544 kcal 9,00 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 4474 kJ, 1081 kcal 9,00 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 4831 kJ, 1154 kcal 9,00 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 1096 kJ, 262 kcal 0,00 €

Pan Asia

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Vom Grill: Hähnchen-Dukkah Malaysisches Gemüseragout süß-sauer Iasmatireis (G)	Hähnchenbruststreifen nach "Thai art mit Mie-Nudeln (G)	Sobulgogi-Koreanische Rinderstreifen Gemüse und Basmatireis (R)	Schweinefiletstreifen "Szechuan Art", Eierreis, Kohl(S)	
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 4619 kJ, 1101 kcal 14,50 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2164 kJ, 516 kcal 14,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2726 kJ, 651 kcal 14,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2625 kJ, 627 kcal 13,90 €	CO ₂ / Port.: 0,00 €

Around the world

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Boeuf Stroganoff mit Pilzen und Rösti (R)	Moussaka mit Auberginen und Kartoffeln (VN) Griechische Moussaka vom Rind (R) No Meat Moussaka (V) Griechische Moussaka (V) Beilagensalat (VN)	Schweinenackensteak/BBQ Blumenkohl Jacket Wedges Bohnen	Cevapcici mit Ajvar, Djuvekreis und Krautsalat (R)	Rotbarsch Broccoli salat Kartoffel Zitrone (F)
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2219 kJ, 529 kcal 14,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 9483 kJ, 2267 kcal 13,50 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 10195 kJ, 2432 kcal 14,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2474 kJ, 591 kcal 14,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2379 kJ, 569 kcal 0,00 €

M.Tower Lunch

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Spaghetti all amatriciana Scharfe Tomatensauce Speck Reibekäse	Vegane Kichererbsen Bowl mit Bulgur , Hummus und Gemüse (VN)	Kartoffelgratin mit Beilagensalat (VN)	Spaghetti Pesto Rosso Rucola Kirschtomaten (VN)	
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2308 kJ, 552 kcal 6,50 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 1727 kJ, 414 kcal 6,50 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 1270 kJ, 302 kcal 6,50 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 2876 kJ, 687 kcal 6,50 €	CO ₂ / Port.: 0,00 €

Dessert

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Pfirsich-Maracujajoghurt Erdbeerpüree (V)	Birnenquark Schokoladensauce (V)	Buttermilch-Dessert Limette-Zitrone Himbeersauce Mandeln (V)	Brombeer-Smoothie (VN)	Kirsch-Vanillejoghurt (V)
CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 555 kJ, 133 kcal 3,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 646 kJ, 155 kcal 3,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 560 kJ, 134 kcal 3,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 386 kJ, 92 kcal 3,90 €	CO ₂ / Port.: Energie pro Portion: 584 kJ, 140 kcal 0,00 €