



M.TOWER THE FOOD BASE

36. Week 01.09. - 07.09.2025

Starter & Soup

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Italienische Tomaten-Brotsuppe (VN)			Brokkolisuppe Röstbrot Chiliöl (VN)			Kokossuppe Grüner Curry Apfel (VN)			Maissuppe-Cajun Art Petersilie (VN)			Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.		
CO ₂ / Port.: 69,00 g	Energie pro Portion: 302 kJ, 72 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 65,00 g	Energie pro Portion: 461 kJ, 110 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 98,00 g	Energie pro Portion: 726 kJ, 175 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 89,00 g	Energie pro Portion: 473 kJ, 113 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 694,00 g	Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal	3,90 €

Plant Based

Couscouspfanne Gemüse Gurken-Minzdip Frühlingszwiebeln (VN)			Gefüllte Zucchini Quinoa Peperonata Rucola Brotbrösel (VN)			Japan Bowl Edamame Gurken Basmatireis Yakisobasauce Gemüse Sesam (VN)			Romanasalat Mandeldip Cantaloupe Melone Tomaten-Thymian -Polenta (VN)			Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.		
CO ₂ / Port.: 595,00 g	Energie pro Portion: 5057 kJ, 1206 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 320,00 g	Energie pro Portion: 1692 kJ, 405 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 344,00 g	Energie pro Portion: 2013 kJ, 482 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 255,00 g	Energie pro Portion: 2423 kJ, 579 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 694,00 g	Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal	9,00 €

Pan Asia

Chop Suey - Ingwer-Ananas Hühnchen Wokgemüse Bambus Basmatireis (G)			Teriyaki-Gemüse Ingwer Chili Glasnudeln Rindfleischstreifen (R)			Malaysian Chicken Rendang Currykartoffelwürfel Pilze (G)			Hoisin Seelachs Chinakohl Basmatireis Sesam (F)					
CO ₂ / Port.: 834,00 g	Energie pro Portion: 2103 kJ, 501 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 882,00 g	Energie pro Portion: 2014 kJ, 481 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 1.492,00 g	Energie pro Portion: 2998 kJ, 716 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 726,00 g	Energie pro Portion: 1898 kJ, 454 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.:		0,00 €

Around the world

NENI Levante Teller Pikantes Hähnchen Gemüse Hummus Pitabrot (G)			Frikadelle Paprikasauce Drillingskartoffel Sommergemüse (R)			Schweineschnitzel Pfeffersauce Pommes frites Beilagensalat (S)			Chili con carne Bohnen Sour Dip Baguette (R)			Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.		
CO ₂ / Port.: 823,00 g	Energie pro Portion: 2863 kJ, 686 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 1.055,00 g	Energie pro Portion: 2307 kJ, 550 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 1.939,00 g	Energie pro Portion: 2296 kJ, 547 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 1.314,00 g	Energie pro Portion: 2077 kJ, 496 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 694,00 g	Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal	13,90 €

M.Tower Lunch

Rührei Cremiger Spinat Salzkartoffeln Petersilie (V)			Maultaschen Schmelzzwiebeln (V)			Gebratener Halloumikäse I Beilagensalat (V)			Gemüseeeintopf Bockwurst Brötchen (V/S)				
CO ₂ / Port.: 672,00 g	Energie pro Portion: 1995 kJ, 477 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 626,00 g	Energie pro Portion: 2397 kJ, 567 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 810,00 g	Energie pro Portion: 1561 kJ, 375 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 627,00 g	Energie pro Portion: 2258 kJ, 539 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 	0,00 €

Dessert

Mascarponecreme Birne (V)			Aprikosenquark Butterkeksbrösel (V)			Himbeerquark Schokosauce (V)			Nusspudding Mandeln (V)			Grill Time auf der Terrasse im Messeturm.		
CO ₂ / Port.: 148,00 g	Energie pro Portion: 621 kJ, 149 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 326,00 g	Energie pro Portion: 674 kJ, 161 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 256,00 g	Energie pro Portion: 598 kJ, 142 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 215,00 g	Energie pro Portion: 622 kJ, 148 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 694,00 g	Energie pro Portion: 3089 kJ, 736 kcal	3,90 €

For food labeling information, check out our Everyday app.