



# M.TOWER THE FOOD BASE

23.02.2026 - 01.03.2026

|                           | Montag                                                                                          | Dienstag                                                                                              | Mittwoch                                                                                                    | Donnerstag                                                                                      | Freitag                                                                                                 |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Starter &amp; Soup</b> | Pastinakensuppe   Geröstete Kürbiskerne   Petersilie (VN)<br><br>3,90 €      7,90 €             | Broccolisuppe   Mandeln (VN)<br><br>3,90 €      7,90 €                                                | Karottensuppe   Mango   Sesam (VN)<br><br>3,90 €      7,90 €                                                | Champignonsuppe   Schnittlauch (VN)<br><br>3,90 €      7,90 €                                   | Sauerkrautsuppe   Petersilie   Geröstete Brotwürfel (VN)<br><br>3,90 €      7,90 €                      |
| <b>Plant based</b>        | Rote Bete Puffer   Belugalinsen   Erbsenpüree   Meerrettich (VN)<br><br>9,00 €                  | Vollkorn Pasta   Gebratene Champignons   Grünkohlpesto   Räuchertofu   Pangrattato (VN)<br><br>9,00 € | Bohnen-Paprika-Eintopf   Pasta   Fenchelsaat (VN)<br><br>9,00 €                                             | Österreichische Krautfleckerl   Nudeln   Gebratener Weißkohl   Beilagensalat (VN)<br><br>9,00 € | Falafel   Gemüse-Bulgur   Gurken-Minz-Dip   Kräuter (VN)<br><br>9,00 €                                  |
| <b>Pan Asia</b>           | Japan Bowl<br>Sushireis   Edamame   Karotten   Wakame   Broccoli   Yakisobasauce<br><br>13,90 € | Hähnchen-Süßkartoffel-Curry   Basmatireis (G)<br><br>14,90 €                                          | Rotes Thai-Curry   Asiagemüse   (Hähnchen)   Mungobohnenkeimlinge   Reisnudeln<br><br>14,90 €               | Glasnudeln mit Gemüse, Ei und Hähnchenstreifen (G)<br><br>13,90 €                               | <i>Equi Lunch</i>                                                                                       |
| <b>Around the world</b>   | Hühnerfrikassee   Kräuterreis   Leipziger Allerlei (G)<br><br>14,90 €                           | Lasagne Bolognese   Beilagensalat   Balsamicodressing (R)<br><br>13,90 €                              | Blackened Brisket - Gewürzte Rinderbrust   Spitzkohl   Süßkartoffelpüree   Apfel-Chutney (R)<br><br>15,90 € | Schweinenackenbraten   Kartoffelköße   Rotkohl   Petersilie<br><br>14,90 €                      | Spaghetti all arrabbiata   Frutti di Mare   Scharfe Tomatensauce   Petersilie   Olivenöl<br><br>14,90 € |
| <b>Dessert</b>            | Vanillepudding   Waldbeergrütze (V)<br><br>3,90 €                                               | Sojajoghurt   Agavendicksaft   Süße Mandeln (VN)<br><br>3,90 €                                        | Apfelcreme   Zimt   Trauben (VN)<br><br>3,90 €                                                              | Kaffee-Bayrisch- Creme (V)<br><br>3,90 €                                                        | Pastel de Nata (V)<br><br>3,90 €                                                                        |

Alle Preise verstehen sich incl. der zur Zeit

Informationen zur Lebensmittelkennzeichnung finden Sie in unserer Everyday-App.



23.02.2026 - 01.03.2026

|                           | Montag                     | Dienstag                    | Mittwoch               | Donnerstag                | Freitag                |
|---------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------|---------------------------|------------------------|
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |
| <b>Starter &amp; Soup</b> | (1)                        | (1, an, sa)                 | (1, as)                | (1)                       | (1, aw, uw, nr)        |
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |
| <b>Plant based</b>        | (1, 3, aw, uw, ay, bc, au) | (3, aw, uw, ay, an, sa)     | (aw, uw, bc)           | (aw, uw, ae, am, bm)      | (3, aw, uw, ay, bc)    |
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |
| <b>Pan Asia</b>           | (1, aw, uw, ap, ay, as)    | (2, aw, uw, ay, am, an, sa) | (1, 4, aw, uw, ay, as) | (1, 4, 5, aw, uw, ay, as) |                        |
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |
| <b>Around the world</b>   | (1, aw, uw)                | (1, aw, uw, ae, ay, am, bc) | (3, ay, au)            | (3, 25, aw, uw, gb, au)   | (3, aw, uw, ac, um)    |
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |
| <b>Dessert</b>            | (2, am)                    | (3, ay, an, sa)             |                        | (aw, uw, am, au)          | (1, 2, aw, uw, ae, am) |
|                           |                            |                             |                        |                           |                        |