

Starter & Soup

Plant Based

Pan Asia

Around the world

M.Tower Lunch

Dessert

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Kartoffelsuppe Schnittlauch (VN)			Blumenkohlsuppe Crispy Blumenkohl Chiliöl (VN)			Kürbiscremesuppe (V)			Lauchsuppe Cajunspice Sonnenblumenkerne (VN)			Erdnussuppe Limette Koriander (VN)		
	CO ₂ / Port.: 42,00 g	Energie pro Portion: 395 kJ, 94 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 71,00 g	Energie pro Portion: 433 kJ, 103 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 82,00 g	Energie pro Portion: 441 kJ, 106 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 47,00 g	Energie pro Portion: 353 kJ, 84 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 83,00 g	Energie pro Portion: 803 kJ, 191 kcal	3,90 €
	Gemüse-Gratin Pastinake Butternut-Kürbis Petersilienkartoffel Käseersatz (VN)			Tandoori Spitzkohl Gewürzreis Raita Erdnüsse (VN)			Japan Style Bowl Edamame Wakame-Algensalat Sushireis Yakisobasauce Avocado Sesam (VN)			Herbst-Gröstl Bratkartoffeln Lauchzwiebel Rosenkohl Möhren NoEgg (VN)			Curry-Selleriepüree Pilze Geschmorte Birnen Kürbiskerne (VN)		
	CO ₂ / Port.: 697,00 g	Energie pro Portion: 5996 kJ, 1435 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 372,00 g	Energie pro Portion: 1763 kJ, 422 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 551,00 g	Energie pro Portion: 2537 kJ, 606 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 397,00 g	Energie pro Portion: 3813 kJ, 911 kcal	9,00 €	CO ₂ / Port.: 584,00 g	Energie pro Portion: 2959 kJ, 707 kcal	9,00 €
	Gegrillter Schweinebauch BBQ-Blumenkohl Gebratene Maispolenta Coleslaw Salat (S)			Vietnamesisches Sandwich Banh Mi- Style Chicken Gepickeltes Gemüse Koriander Srirachamayonnaise (G)			Frühlingsrolle Mie-Nudeln Gemüse Sweet- Chilisauce Sesam (VN)			Omurice koreanische Reispfanne Rindfleisch Gemüse Omelette Sauce (R)					
	CO ₂ / Port.: 1.475,00 g	Energie pro Portion: 4039 kJ, 966 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 897,00 g	Energie pro Portion: 3067 kJ, 738 kcal	12,90 €	CO ₂ / Port.: 375,00 g	Energie pro Portion: 2722 kJ, 650 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 1.485,00 g	Energie pro Portion: 3330 kJ, 796 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 		0,00 €
	Putengeschnetzeltes Champignonsauce Gemüse Spätzle (G)			Szegediner Gulasch Schweinefleisch Sauerkraut Kartoffelpüree Dip (S)			Panierte Hähnchenbrust Bratensauce Broccoli Blechkartoffeln (G)			Flammkuchen Elsässer Art Speck Zwiebeln (S)			Marokkanischer Seehecht Orientalische Gewürze Couscous Zitrone (F)		
	CO ₂ / Port.: 1.346,00 g	Energie pro Portion: 4756 kJ, 1133 kcal	13,90 €	CO ₂ / Port.: 1.198,00 g	Energie pro Portion: 2207 kJ, 526 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 1.240,00 g	Energie pro Portion: 2200 kJ, 524 kcal	14,90 €	CO ₂ / Port.: 859,00 g	Energie pro Portion: 3519 kJ, 842 kcal	12,90 €	CO ₂ / Port.: 732,00 g	Energie pro Portion: 2048 kJ, 489 kcal	14,90 €
	Schupfnudeln Kürbisgemüse (V)			Pasta Funghi Pilze Gemüse Pangrattato (V)			Curry-Linsen Frittierten Auberginen Süßkartoffeln (VN)			Gemüse-Paprikaš Drillingskartoffeln (VN)			Erbseneintopf Bockwurst Kaiser-Brötchen Blattpetersilie Senf (S)		
	CO ₂ / Port.: 334,00 g	Energie pro Portion: 2133 kJ, 511 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 359,00 g	Energie pro Portion: 2235 kJ, 534 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 247,00 g	Energie pro Portion: 1790 kJ, 427 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 229,00 g	Energie pro Portion: 1105 kJ, 264 kcal	6,50 €	CO ₂ / Port.: 941,00 g	Energie pro Portion: 3254 kJ, 777 kcal	6,50 €
	Schokopudding Vanillesauce Haselnuss -Krokant (V)			Griechischer Joghurt Cranberries Datteln Minze (V)			Pfirsichquark Apfel Schokoraspel (V)			Süßer Bulgur Sultanine getrocknete Aprikose (VN)			Feelgood Smoothie Möhre Orange Banane Ingwer (VN)		
	CO ₂ / Port.: 47,00 g	Energie pro Portion: 638 kJ, 151 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 327,00 g	Energie pro Portion: 665 kJ, 158 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 207,00 g	Energie pro Portion: 546 kJ, 131 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 72,00 g	Energie pro Portion: 540 kJ, 129 kcal	3,90 €	CO ₂ / Port.: 55,00 g	Energie pro Portion: 274 kJ, 66 kcal	3,90 €

For food labeling information, check out our Everyday app.