

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---------------------------|--|--|---|---|---|
| Starter & Soup | Gemüse Gulaschsuppe mit Kartoffeln und Paprika (VN) CO2 Wert/Port.: 100g Energie pro Portion: 687 kJ, 165 kcal 3,90 € | Karotten-Ingwer-suppe mit Kokosmilch und Koriander (VN) CO2 Wert/Port.: 108g Energie pro Portion: 514 kJ, 124 kcal 3,90 € | Erbsen Cremesuppe mit Sonnenblumenkerne (V) CO2 Wert/Port.: 77g Energie pro Portion: 531 kJ, 127 kcal 3,90 € | Maronen-Möhrensuppe mit Weißem Aceto Balsamico (VN) CO2 Wert/Port.: 74g Energie pro Portion: 553 kJ, 133 kcal 3,90 € | Nikolaus Menü Wintersalat mit Orangen, Kürbiskernen, Apfelvinaigrette, Ziegenkäse Praline mit Walus (V) CO2 Wert/Port.: 414g Energie pro Portion: 2514 kJ, 600 kcal 3,90 € |
| Plant Based | Hirsotto mit Möhren-Maronenragout , geschmorten Kirschtomaten , Mariniertes Herbstkräuter-Salat und Rote Bete Dressing (VN) CO2 Wert/Port.: 193g Energie pro Portion: 2141 kJ, 512 kcal 9,00 € | Quinoa mit Gebratenenpilze ,Bohnen ,Apfel-Birnen -Chutney und Leinsamen(VN) CO2 Wert/Port.: 335g Energie pro Portion: 1403 kJ, 335 kcal 9,00 € | Mediterrane Bowl Pasta mit Getrocknete Tomaten , Artischocken , Karotten , Gurken , Rucola , Ciabatta und Balsamico Dressing (VN) CO2 Wert/Port.: 360g Energie pro Portion: 2639 kJ, 630 kcal 9,00 € | Gnocchi in einer Herzhaften Tomatensauce mit Spitzkohl aus dem Ofen mit Brösel (VN) CO2 Wert/Port.: 181g Energie pro Portion: 1069 kJ, 255 kcal 9,00 € | Mediterranes Gersten -Kürbis Gemüse mit Rucola , Erbsen-Pesto und Mandeln (VN) CO2 Wert/Port.: 342g Energie pro Portion: 1895 kJ, 450 kcal 9,00 € |
| Pan Asia | Koreanisches Japchedebap mit Glasnudeln , Gemüse Rinderstreifen , Eierwürfel, Lauchzwiebeln und Sesam(R) CO2 Wert/Port.: 2313g Energie pro Portion: 2342 kJ, 559 kcal 13,90 € | Pad Thai Gebratene Nudeln mit Knackigem Gemüse , ,Shrimps und Hähnchenstreifen(F,G) CO2 Wert/Port.: 1934g Energie pro Portion: 4369 kJ, 1043 kcal 14,90 € | Alu Gobi- Indisches Blumenkohl Curry mit Kartoffeln (V) CO2 Wert/Port.: 207g Energie pro Portion: 962 kJ, 229 kcal 12,90 € | Kabeljau auf Pak Choi ,Austernpilzen ,Paprika Gemüse mit Basmatireis Yakisob-Sauce und Erdnüsse(F) CO2 Wert/Port.: 1150g Energie pro Portion: 2346 kJ, 561 kcal 14,90 € | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € |
| Around the world | Cevapcici mit Ajvar, Djuvekreis und Krautsalat (R) CO2 Wert/Port.: 1793g Energie pro Portion: 2475 kJ, 591 kcal 14,90 € | Gebackene Calamari mit Knoblauchdip , Pommes und Beilagen Salat (F) CO2 Wert/Port.: 1050g Energie pro Portion: 3574 kJ, 853 kcal 13,90 € | Hähnchen Cordon Bleu mit Glasierten Möhren und Kartoffelgratin(G) CO2 Wert/Port.: 914g Energie pro Portion: 2178 kJ, 520 kcal 14,90 € | Rinderhacksteak mit Champignonsauce, Salzkartoffel und Rahmwirsing(R) CO2 Wert/Port.: 1301g Energie pro Portion: 3014 kJ, 719 kcal 13,50 € | Nikolaus Menü Entenbrust mit Honigkruste Serviert mit Blaukraut und Klöße(G) CO2 Wert/Port.: 1041g Energie pro Portion: 2597 kJ, 619 kcal 14,50 € |
| M.Tower Lunch | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € | CO2 Wert/Port.: 0g Energie pro Portion: 0 kcal 0,00 € |
| Dessert | Lauwarmer Apfel-Streusel mit Pflaumenkompott (VN) CO2 Wert/Port.: 55g Energie pro Portion: 888 kJ, 212 kcal 3,90 € | Süßer Milchreisauflauf mit Zimt (V) CO2 Wert/Port.: 171g Energie pro Portion: 507 kJ, 121 kcal 3,90 € | Porridge mit Apfelwürfel und Mandelhobel (V) CO2 Wert/Port.: 68g Energie pro Portion: 754 kJ, 180 kcal 3,90 € | Detox Smoothie mit Blattspinat und Banane (VN) CO2 Wert/Port.: 48g Energie pro Portion: 313 kJ, 75 kcal 3,90 € | Nikolaus Menü Bratapfel Tiramisu (V) CO2 Wert/Port.: 161g Energie pro Portion: 1050 kJ, 251 kcal 3,90 € |