

kooperativa

im Kiwi-Tower
Am Kiel-Kanal 1
24106 Kiel



Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7:30-14 Uhr

Mittagstisch ab
12:00 Uhr

Montag, 23. Oktober

Drei Käsehoch Lasagne mit Spitzkohl, Pilzen und Basilikum-Pesto **g,c,a,h**

6,90 €

Brokkoli-Zitronen-Nudeln mit Ofentomaten und gerösteten Mandeln

vegetarisch g,a

5,90 €

Dienstag, 24. Oktober

Putenrouladen mit Tomaten-Salbeifüllung, dazu Kartoffel-Campignon Pan und Zwiebelchutney **g,a,c**

6,90 €

Shakshuka (isralisches Nationalgericht) mit Champignons, und Basilikum-Pesto, dazu hausgeb. Fladenbrot

vegetarisch g,a,c

5,50 €

Mittwoch, 25. Oktober

Geschmorter Tafelspitz mit glasierten Äpfeln und Birnen, dazu Spätzle und Rotkohl **g,a,c**

7,20 €

Grünes Thai-Gemüse Curry mit knusprigen Reiseröllchen und frischen Koriander

vegan a,h

5,70 €

Donnerstag, 26. Oktober

Backfisch in Curry-Tempurateig mit Cous Cous Gemüse mit Tomaten-Paprika Chutney und **g,a,4,d**

6,90 €

Blättereig mit Spinat-Frischkäsefüllung, dazu Karotten-Poree Salat mit Honig-Senf Dressing

vegetarisch j,a,c

5,50 €

Freitag, 27. Oktober

Jalapeno-Flammkuchen mit Barbecue Hackfleisch und Cheddarschmand, dazu ein knackiger Salat
a,g

5,50 €

Kartoffel-Butternut-Kürbis-Auflauf mit Parmesan und Apfel-Porree Raqout

vegetarisch g

5,90 €

Wochensuppen und Mittags-Snacks

Chili con Carne 4,90 €

Berliner Currywurst mit hausgemachter Soße und Pommes

5,50 €

Pastinaken Creme Suppe mit Birnen-Walnuss Topping

vegetarisch g

4,20 €

Zusatzstoffe: **1** mit Farbstoff **2** mit Konservierungsstoff **3** mit Antioxidationsmittel **4** mit Geschmacksverstärker **5** geschwefelt **6** geschwärzt **7** mit Phosphat **8** mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) **9** koffeinhaltig **10** chininhaltig **11** mit Süßungsmittel **13** gewachst

Allergene: **a** Glutenhaltiges Getreide **b** Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse **c** Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse **d** Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse **e** Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse **f** Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse **g** Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse **h** Schalenfrüchte **i** Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse **j** Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse **k** Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse **l** Schwefeldioxid und Sulphite **m** Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse **n** Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse

Zusatzstoffe: **1** mit Farbstoff **2** mit Konservierungsstoff **3** mit Antioxidationsmittel **4** mit Geschmacksverstärker **5** geschwefelt **6** geschwärzt **7** mit Phosphat **8** mit Milcheiweiß (bei Fleischerzeugnissen) **9** koffeinhaltig **10** chininhaltig **11** mit Süßungsmittel **13** gewachst

Allergene: **a** Glutenhaltiges Getreide **b** Krebstiere und daraus gewonnene Erzeugnisse **c** Eier und daraus gewonnene Erzeugnisse **d** Fische und daraus gewonnene Erzeugnisse **e** Erdnüsse und daraus gewonnene Erzeugnisse **f** Soja(bohnen) und daraus gewonnene Erzeugnisse **g** Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse **h** Schalenfrüchte **i** Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse **j** Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse **k** Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse **l** Schwefeldioxid und Sulphite **m** Lupinen und daraus gewonnene Erzeugnisse **n** Weichtiere und daraus gewonnene Erzeugnisse