

kooperativa

im Kiwi-Tower
Am Kiel-Kanal 1
24106 Kiel



Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7:30-14 Uhr

Mittagstisch ab
12:00 Uhr

Montag, 14. Juli

Pasta mit Hackfleisch-Käse-Porreesoße,
Paprika-Jalapeno Chutney,
Radieschensalat und Röstzwiebeln

a,f,g,j
11,30 €

Pasta mit Sojahackfleisch-Käse-
Porreesoße, Paprika-Jalapeno Chutney,
Radieschensalat und Röstzwiebeln

vegan a,f,j
10,30 €

Dienstag, 15. Juli

Hähnchen-Kräutersteak mit
Tomatenschmelz, dazu Gemüse Tortilla,
Oliventapenade, Paprikacreme, Krautsalat
und Rosmarinzwiebeln

a,g,c
11,70 €

Gemüse Tortilla mit Paprikacreme, dazu
Oliventapenade, Krautsalat und
Rosmarinzwiebeln

vegetarisch a,c,g
10,70 €

Mittwoch, 16. Juli

Puten-Gemüsepfanne mit Frühlingsquark,
dazu Kartoffel-Rucolastampf und
Gurkensalat

a,g,8
11,90 €

Rührei-Gemüsepfanne mit Frühlingsquark,
dazu Kartoffel-Rucolastampf und
Gurkensalat

vegetarisch a,g,c
10,50 €

Donnerstag, 17. Juli

Tandoori-Hähnchen-Blumenkohl-
Gemüsecurry mit Basmatireis,
Süßkartoffelchips und Limettenjoghurt

a,f,k,g
11,70 €

Tandoori-Blumenkohl-Gemüsecurry mit
Basmatireis, Süßkartoffelchips und
Limettenjoghurt

vegan a,f,k
10,70 €

Freitag, 18. Juli

Gyros vom Hähnchen mit Tzatziki,
Krautsalat und Fladenbrot

a,k,g
11,70 €

Tofu-Gyros mit Tzatziki, Krautsalat und
Fladenbrot

vegan a,f,k
10,70 €

Wochensuppen und Mittags-Snacks

Chili con Carne 9,50 €

Berliner Currywurst mit Pommes
a,8,c,j,g
9,50 €

Brokkoli-Kokos-Suppe mit Zitronengrass-
Knusperstange und Chili-Mandeln

vegan a,h,f
8,20 €

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