

kooperativa

im Kiwi-Tower
Am Kiel-Kanal 1
24106 Kiel



Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7:30-14 Uhr

Mittagstisch ab
12:00 Uhr

Montag, 04. März

Türkische Köfte mit Kräuterreis, dazu gebackene Bohnen in Tomatensoße und Krautsalat
g,a,k,h,i,c
6,90 €

Rote Bete Humus mit gebackenen Pilzen, Porree-Apfel-Ragout, Fladenbrot und Orangen-Möhrensticks
vegan a,k,h,f
6,20 €

Dienstag, 05. März

Putensteak mit Champignon-Zwiebelhaube, dazu Kartoffel-Möhrenpfanne und Tomatenquark
i,a,k,h,g
7,20 €

Hanf-Quinoa-Bratling mit Süßkartoffel-Ingwercreme, dazu Chinakohl-Zuckerschotengemüse
vegan a,f,h,i,k
6,50 €

Mittwoch, 06. März

Curry-Schnitzel Wiener Art mit Koriander-Remoulade, dazu Süßkartoffelpfanne und mariniertes Sojasprossensalat
g,a,k,h,c,j
7,20 €

Rosmarin-Käsespätzle mit Ratatouille Gemüse in Tomatenpaprikasoße und gebackener Rucola
vegetarisch a,c,g,h,i
6,50 €

Donnerstag, 07. März

Fischsticks mit Kartoffel-Spinatauflauf, Curry-Tomatensoße und Erbsen-Minzcreme
a,d,k,h,g,c
7,20 €

Color Bowl mit Rote Bete Creme, Erbsen-Minzdip, Rucola, Süßkartoffeln, Kurkuma-Humus, Gurkensalat und Brotchips **vegan a,f,h,k,i**
6,90 €

Freitag, 08. März

„Sloppy Toast“ Gegrilltes Sandwich mit Hackfleisch-Tomatenragout, Cheddarcreme, Rucola und Cole Slaw
a,k,g,i
6,90 €

Pasta Funghi Style mit Balsamico Champignons, Porree und Selleriestroh
vegetarisch a,g,k,i,c
5,90 €

Wochensuppen und Mittags-Snacks

Chili con Carne 4,90 €
Berliner Currywurst ohne Darm mit Bratkartoffeln
a,8,c,j
5,90 €

Kartoffel-Spinatcremesuppe mit Rote Bete Chips und KurkumacROUTONS auf Wunsch marinierte Curry-Bockwurstscheiben
vegetarisch a,i,h,f,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