

kooperativa

im Kiwi-Tower
Am Kiel-Kanal 1
24106 Kiel



Öffnungszeiten:
Mo-Fr 7:30-14 Uhr

Mittagstisch ab
12:00 Uhr

Montag, 11. März

Hack-Chorizo-Wirsing-Pan mit Kartoffel-Selleriestampf, gebackene Zwiebelringe und Petersilien-Gremoulata

g,a,k,h,i
6,90 €

Kichererbsen Gemüse Curry mit Süßkartoffelchips, Sojasprossen, Korianderjoghurt und Naanbrot

vegan
a,k,h,f
6,20 €

Dienstag, 12. März

Pasta „Green Chicken Dream“ mit Basilikum-Hähnchenstreifen, Bärlauchsoße, Erbsen, Porree und Zuckerschoten und Kresse

i,a,k,h,g,c
7,20 €

Penne mit Linsen Bolognese, dazu Oliventapenade, gebackener Rucola und frische Kräuter

vegan a,h,i,k
6,20 €

Mittwoch, 13. März

Leberkäse mit karamellisierten Zwiebeln, dazu Kartoffel-Sauerkrautpfanne, Harissacreme und Spiegelei

g,a,k,h,c,j
6,50 €

Schupfnudelpfanne mit Champignon-Porreeeragout, Selleriestroh und Paprikadip

vegetarisch a,c,g,h,i
6,50 €

Donnerstag, 14. März

Seelachsfilet Bordelaise mit Tomaten-Reis und Honigmöhren in Thymian creme

a,d,k,h,g,c
7,20 €

Gefüllte Frühlingsrollen mit knackigem Wokgemüse, Basmatireis und Sweet Chili Soße

vegan a,f,h,k,i
6,20 €

Freitag, 15. März

Pepper Stew vom Rind mit Paprika, Jalapeños, dazu Fladenbrot und Petersiliensphären

a,k,g,i,c
6,90 €

Pfannkucherrolle mit Spinat-Frischkäsefüllung, Tomaten-Paprikasoße, Parmesan und knackigem Salat

vegetarisch a,g,k,i,c
6,50 €

Wochensuppen und Mittags-Snacks

Chili con Carne 4,90 €

Berliner Currywurst ohne Darm mit Kartoffelecken und Jalapeños

a,8,c,j
5,90 €

Geräucherte-Tomaten-Paprikasuppe mit Tortilliachips, Jalapeños und Limetten creme

vegan a,i,h,f
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