

# Menüplan

## Local

|                                  |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b><br>19. Oktober     | <b>Wildbratwurst an Zwiebelsauce</b><br>Rösti<br>Rosenkohl<br><br>intern 13.00 / extern 15.50<br>Fleisch: Österreich                                              |
| <b>Dienstag</b><br>20. Oktober   | <b>Crispy Tandoori Chicken Burger</b><br>Im Black Bun<br>Cole Slaw, Salat und Tomaten<br>Süsskartoffel Frites<br>intern 13.00 / extern 15.50<br>Geflügel: Schweiz |
| <b>Mittwoch</b><br>21. Oktober   | <b>Hirschschnitzel an Preiselbeersauce</b><br>Spätzli<br>Rotkraut und Marroni<br><br>intern 13.00 / extern 15.50<br>Fleisch: NZ                                   |
| <b>Donnerstag</b><br>22. Oktober | <b>Kadai Chicken Burrito</b><br>Peperoni, Zwiebel,<br>Avocado und Wildreis mix<br>Fun Frites<br>intern 13.00 / extern 15.50<br>Geflügel: Schweiz                  |
| <b>Freitag</b><br>23. Oktober    | <b>Lachsforellenfilet grilliert</b><br>Zitronenschnitz<br>Kräuterreis und Rahmschwarzwurzeln<br><br>intern 13.00 / extern 15.50<br>Fisch: Italien/Zucht           |

## Climate Veggie

|                                                                                               |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Paneer Pita</b><br>mit Grillgemüse<br>Chimi Churi<br>Wedges<br>intern 13.00 / extern 15.50 | <b>Röstitaschen gefüllt mit Frischkäse</b><br>auf herbstlichem Salat<br>Preiselbeer Schaum<br>Brunnenkresse<br>intern 13.00 / extern 15.50 | <b>Navratan Korma</b><br>Blumenkohl, Kartoffeln<br>Peperoni, Paneer und Cashewnüsse<br>Reis mit Erbsen<br>Frühlingszwiebel und Koriander<br>intern 13.00 / extern 15.50 | <b>Agnolotti Tartuffo</b><br>Proseccorahmsauce<br>glasierte Marroni<br>Kresse und Belper Knolle<br><br>intern 13.00 / extern 15.50 | <b>Wähenbuffet</b><br>ohne Suppe und Salat<br><br>intern 4.50 / extern 4.50 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|

## Healthy Bowl

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Spicy Mango Avocado Bowl</b><br>Mango, Avocado, Spinat und Gurke<br>Schwarzer Reis und Tofu<br>Poulet oder Lachs oder Vegi<br>intern 16.00 / extern 17.50<br>Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht | <b>Aus der Region Demeter Gemüse Bowl</b><br>Karotten, Kürbis und Kartoffeln<br>Lauch, Federkohl und Randen<br>Poulet oder Lachs oder Vegi<br>intern 16.00 / extern 17.50<br>Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht | <b>Randen Hummus Bowl</b><br>Randen, Pastinaken und Topinambur<br>Spinat, Couscous<br>Poulet oder Lachs oder Vegi<br><br>intern 16.00 / extern 17.50<br>Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht | <b>The Ultimate Hippy Bowl</b><br>Quinoa, Süsskartoffeln und Federkohl<br>Avocado, Goji-Beeren und Kerne<br>Poulet oder Lachs oder Vegi<br>intern 16.00 / extern 17.50<br>Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht | <b>Thai Basil Lemongras Bowl</b><br>Reis, Chili und Karotten<br>Limette, Koriander und Ingwer<br>Poulet oder Lachs oder Vegi<br>intern 16.00 / extern 17.50<br>Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## Healthy Bowl

1 Topping nach Wahl (inbegriffen)  
Jedes zusätzliche Topping + 3.00

## Green Market

Wechselnde Auswahl an Blatt-, Rohkost-  
sowie angemachten Salaten

2.90 / 100g intern  
3.60 / 100g extern

## Hot Market

Wechselnde Auswahl an Fleisch-  
und Fischgerichten sowie Beilagen  
und Gemüse nach Wahl

2.90 / 100g intern  
3.60 / 100g extern

**Alle Menüs inkl. einer Suppe oder Salat**

Für Fragen zu den einzelnen Gerichten und Allergenen wenden Sie sich bitte an unser Personal vor Ort.  
Öffnungszeiten: Montag – Freitag, 11.00 – 13.30 Uhr