

## **Leib & Wohl Kantinenplan**

### **Öffnungszeiten:**

Montag – Freitag von 06:30 – 15:30 Uhr

Samstags: 07:00 – 12:00 Uhr

Feiertags geschlossen

### **Vorbestellungen Catering:**

Vorbestellungen für ein Catering nehmen wir bis spätestens 3 Werktage vor Veranstaltungsbeginn unter [catering@metallicatech.com](mailto:catering@metallicatech.com) entgegen.

### **Montag, 01.11.2023**

Vorspeise: Tomatensuppe

Hauptgericht: Hähnchenbrust mit Gemüsereis

Beilagen: Grüner Salat

Nachspeise: Apfelstrudel

Vegetarisch: Gemüse-Wok Pfanne mit Reismudeln

### **Dienstag, 02.11.2023**

Vorspeise: Gemischter Salat

Hauptgericht: Rinderbraten mit Kartoffelpüree

Beilagen: Karotten und Erbsen

Nachspeise: Schokoladenmousse

Vegetarisch: rote Linsensuppe

### **Mittwoch, 03.11.2023**

Vorspeise: Gurkensalat

Hauptgericht: Lachsfilet mit Dillsauce

Beilagen: Reis

Nachspeise: Beerenjoghurt

Vegetarisch: Pilzrisotto mit Focaccia

**Donnerstag, 04.11.2023**

Vorspeise: Minestrone-Suppe

Hauptgericht: Gemüse-Curry mit Basmatireis

Beilagen: Naan-Brot

Nachspeise: Vanillepudding

Vegetarisch: gebackene Auberginen mit Tofu

**Freitag, 05.11.2023**

Vorspeise: Kartoffelsalat

Hauptgericht: Schnitzel mit Pommes frites

Beilagen: Erbsen und Möhren

Nachspeise: Obstsalat

Vegetarisch: Gemüsecurry

**Samstag, 06.11.2023**

Belegte Brötchen oder Linsensuppe

**Fleischbezug und Nachhaltigkeit**

In unserer Kantine legen wir großen Wert auf Nachhaltigkeit und Gesundheit. Deshalb verwenden wir ausschließlich Fleischprodukte, die streng biozertifiziert sind. Dies bedeutet, dass das von uns verwendete Fleisch von Tieren stammt, die unter natürlicheren Bedingungen aufgewachsen sind, ohne den Einsatz von schädlichen Chemikalien oder Antibiotika.

**Wichtige Informationen zu Lebensmittelunverträglichkeiten**

In unserer Kantine sind wir stets bemüht, köstliche und gesunde Mahlzeiten anzubieten, die den Bedürfnissen unserer Gäste gerecht werden. Wir verstehen, dass viele Menschen Lebensmittelunverträglichkeiten haben, die eine sorgfältige Auswahl der Mahlzeiten erfordern. Hier sind einige wichtige Informationen und Hinweise für Gäste mit Lebensmittelunverträglichkeiten:

**1. Allergeninformation:** Wir kennzeichnen alle Gerichte, die häufige Allergene wie Gluten, Milchprodukte, Nüsse, Eier und Meeresfrüchte enthalten. Bitte achten Sie auf die entsprechenden Symbole auf unseren Menükarten.

**2. Glutenunverträglichkeit (Zöliakie):** Wir bieten glutenfreie Optionen an, darunter glutenfreies Brot, Nudeln und Desserts. Bitte fragen Sie unser Personal nach den verfügbaren Möglichkeiten.

**3. Laktoseintoleranz:** Viele unserer Gerichte können auf Anfrage laktosefrei zubereitet werden. Sprechen Sie mit unserem Küchenpersonal, um Ihre Bedürfnisse anzugeben.

**4. Vegetarische und vegane Optionen:** Wir haben eine Auswahl an vegetarischen und veganen Gerichten, um den Bedürfnissen unserer Gäste gerecht zu werden.

**5. Nahrungsmittelallergien:** Wenn Sie eine schwere Nahrungsmittelallergie haben, informieren Sie bitte unser Personal. Wir sind bestrebt, Kreuzkontamination zu vermeiden und spezielle Vorsichtsmaßnahmen zu treffen.

### **Getränke - Preisliste**

#### **Heißgetränke:**

Kaffee (klein): 1,50 €

Kaffee (groß): 2,00 €

Espresso: 1,80 €

Cappuccino: 2,50 €

Latte Macchiato: 2,80 €

Tee (verschiedene Sorten): 1,80 €

Heiße Schokolade: 2,50 €

#### **Kaltgetränke:**

Mineralwasser (0,5 l): 1,20 €

Limonade (0,33 l): 1,50 €

Eistee (0,5 l): 2,00 €

Fruchtsaft (0,2 l): 1,80 €

Smoothie (0,25 l): 2,50 €

#### **Erfrischungsgetränke:**

Cola (0,33 l): 1,50 €

Cola light (0,33 l): 1,50 €

Orangensaft (0,2 l): 1,80 €

Apfelsaft (0,2 l): 1,80 €

**Menü-Preisliste:**

Die tagesaktuellen Menü Preise entnehmen Sie bitte unseren Aushängen