



	1 Salatvariationen	2 Klassiker	3 einfach Lecker	4 vegetarisch // vegan	5 Bowl of the Week	6 Salat & Dessert
Mo. 28. Sep. 2026	saisonaler Salatteller mit Hähnchenbrust 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Bratwurstschnecke mit Speck-Sauerkraut & Kartoffelpüree 9,50 € 🍷 A:a, b, g Zs:	gebratener Eierreis mit Hähnchenbruststreifen, Wokgemüse & Sprossen 9,00 € 🍷 A:b, c, d, g Zs:	Gemüsefrikadelle auf Ratatouille 8,00 € 🍷 A:a, c Zs:	<u>Herbst-Bowl</u> Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Di. 29. Sep. 2026	saisonaler Salatteller mit Garnelen 8,50 € 🍷 A:b Zs:	"Schnitzel 2.0" in knuspriger Pankopanade, dazu Pommes & Jägersoße 9,50 € 🍷 A:a, b, c Zs:	"Estragon-Hähnchen" in leichter Senf-Sauce mit Marktgemüse & Kartoffelpüree 9,50 € 🍷 A:a, b, h Zs:	Blumenkohl-Nudel-Auflauf mit Erbsen & Röstkernen 8,00 € 🍷 A:a, b Zs:	<u>Herbst-Bowl</u> Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Mi. 30. Sep. 2026	saisonaler Salatteller mit gebackenem Ziegenkäse 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Kesseltulasch (Schwein & Rind) mit grünen Bohnen, Speck & Paprika, dazu Nudeln 9,50 € 🍷 / 🍷 A:a, b Zs:	"Cheeseburger" Rindfleisch-Patty mit Cheddar-Käse im Bräutig-Brötchen, dazu Pommes 9,50 € 🍷 A:a, b, c Zs:	Ofenkartoffel gefüllt mit Kräuterdip, Tomate, Avocado & Frühlauch 8,00 € 🍷 vegan A:b, h Zs:	<u>Herbst-Bowl</u> Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Do. 1. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Falafel & Avocado 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Pfannen-Gyros mit Gemüseis, Zaziki & Zwiebeln 9,50 € 🍷 / 🍷 A:a, b Zs:	"Wunder's Currywurst" mit Pommes & Beilagensalat 8,50 € 🍷 A:a, b, g, h Zs:	"Züricher"-Soja-Geschnetzeltes mit Champignons in Rahmsauce, dazu Nudeln 8,00 € 🍷 vegan A:a, d Zs:	<u>Herbst-Bowl</u> Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Fr. 2. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Thunfisch & Ei 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Lachs-Spinat-Lasagne mit Seelachs, Spinat & Käse überbacken 9,50 € 🍷 A:a, b, j Zs:	Leberkäse mit Spiegelei, Bratkartoffeln & Schmorzwiebeln 9,00 € 🍷 A:a, b, c Zs:	Thai Nudel Pfanne Bandnudeln mit Gemüse in Teriyakisaucen 8,00 € 🍷 A:a, b, d, g Zs:	<u>Herbst-Bowl</u> Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:

Interesse an einem Newsletter
mit unserem Speiseplan?
Bitte QR-Code scannen



Piktogramme:

- 🍷 - vegetarisch
- 🍷 - enthält Schweinefleisch
- 🍷 - enthält Rindfleisch
- 🍷 - enthält Geflügelfleisch
- 🍷 - enthält Fisch
- 🍷 - enthält Krustentiere

Allergene:

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| A - Gluten | H - Senf |
| B - Milchprodukte | I - Krebstiere |
| C - Eierprodukte | J - Fischprodukte |
| D - Soja | K - Sesam |
| E - Erdnüsse | L - Schwefeldioxid / Sulfite |
| F - Schalenfrüchte | M - Lupinen |
| G - Sellerieprodukte | N - Weichtiere |

Zusatzstoffe:

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1 - Konservierungsstoffe | 8 - Milcheiweiß |
| 2 - Farbstoffe | 9 - Koffeinhaltig |
| 3 - Phosphat | 10 - Chininhaltig |
| 4 - Geschmacksverstärker | 11 - Phenylalaninquelle |
| 5 - Nitritpökelsalz | 12 - geschwefelt |
| 6 - Antioxidationsmittel | 13 - geschwärzt |
| 7 - Süßmittel | 14 - gewachst |

Für weitere Rückfragen zu Allergenen und Zusatzstoffen, stehen wir gerne zur Verfügung.

Speisekarte für Woche 5. bis 9. Oktober 2026



	1 Salatvariationen	2 Klassiker	3 einfach Lecker	4 vegetarisch // vegan	5 Bowl of the Week	6 Salat & Dessert
Mo. 5. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Hähnchenbrust 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Cevapcici mit Paprikasoße, Djevecreis & Beilagensalat 9,50 € 🍷 A:a, b, c, h Zs:	Kohlrabieintopf mit Kartoffelwürfel & saftigen Fleischbällchen 9,00 € 🍷 A:a, b, c Zs:	vegetarische Spätzle-Pfanne mit buntem Gemüse in Tomatensauce 8,00 € 🍷 A:a, b, c Zs:	Herbst-Bowl Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Di. 6. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Garnelen 8,50 € 🍷 A:b Zs:	saftiges Schweinefilet mit Kartoffel-Gratin, Champignon-Rahmsauce & Beilagensalat 9,50 € 🍷 A:a, b, g Zs:	"Chicken Milanese" paniertes Hähnchenschnitzel mit Tomatensauce, dazu Nudeln 9,50 € 🍷 A:a, b, c Zs:	"Jäger-Fritten" knusprige Pommes mit Champignon- Rahmsauce, Mozzarella & Radieschen 8,00 € 🍷 A:a, b Zs:	Herbst-Bowl Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Mi. 7. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit gebackenem Ziegenkäse 8,50 € 🍷 A:b Zs:	Schweine-Haxe mit Sauerkraut und Kartoffelpüree 9,50 € 🍷 A:a, b Zs:	"Pulled-Chicken-Burger" gezupptes Hähnchenfleisch mit Coleslaw im Broiche-Brötchen, dazu Pommes 9,50 € 🍷 A:a, b, c Zs:	"Chili Cheese Fries" dicke Fritten, Chili sin Carne, Käsesoße & Sour Cream 8,00 € 🍷 A:a, b, d, g Zs:	Herbst-Bowl Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Do. 8. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Falafel & Avocado 8,50 € 🍷 A:b Zs:	1/2 Hähnchen mit leichtem Kartoffel-Gurkensalat 9,00 € 🍷 A:a, b Zs:	"Wunder's Currywurst" mit Pommes & Beilagensalat 8,50 € 🍷 A:a, b, g, h Zs:	Gnocchi-Pfanne in Tomatensauce, mit mediterranem Gemüse & Fetawürfeln 8,00 € 🍷 A:a, b, d, g Zs:	Herbst-Bowl Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:
Fr. 9. Okt. 2026	saisonaler Salatteller mit Thunfisch & Ei 8,50 € 🍷 A:b Zs:	"Fish & Chips" panierter Kibbeling mit Kartoffelspalten & Beilagensalat 9,50 € 🍷 A:a, b Zs:	"Grünkohl bürgerlich" mit Kartoffelwürfeln & Speck, dazu Mettwurst 9,00 € 🍷 A:a, g, h Zs:	überbackene Cannelloni mit Ricotta-Spinat-Füllung in Tomatensauce 8,00 € 🍷 A:a, b, c Zs:	Herbst-Bowl Bulgur auf Blattsalat mit Karotte, Kichererbsen, Gurke, Tomate & Falafel // Spicy-Mango-Dressing 8,50 € 🍷 vegan A:a, d ZS:	täglich wechselnde Beilagensalate & Desserts 1,90 € A:b ZS:

Interesse an einem Newsletter
mit unserem Speiseplan?
Bitte QR-Code scannen



Piktogramme:

- 🍷 - vegetarisch
- 🍷 - enthält Schweinefleisch
- 🍷 - enthält Rindfleisch
- 🍷 - enthält Geflügelfleisch
- 🍷 - enthält Fisch
- 🍷 - enthält Krustentiere

Allergene:

- | | |
|----------------------|------------------------------|
| A - Gluten | H - Senf |
| B - Milchprodukte | I - Krebstiere |
| C - Eierprodukte | J - Fischprodukte |
| D - Soja | K - Sesam |
| E - Erdnüsse | L - Schwefeldioxid / Sulfite |
| F - Schalenfrüchte | M - Lupinen |
| G - Sellerieprodukte | N - Weichtiere |

Zusatzstoffe:

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1 - Konservierungsstoffe | 8 - Milcheiweiß |
| 2 - Farbstoff | 9 - Koffeinhaltig |
| 3 - Phosphat | 10 - Chininhaltig |
| 4 - Geschmacksverstärker | 11 - Phenylalaninquelle |
| 5 - Nitritpökelsalz | 12 - geschwefelt |
| 6 - Antioxidationsmittel | 13 - geschwärzt |
| 7 - Süßmittel | 14 - gewachst |

Für weitere Rückfragen zu Allergenen und Zusatzstoffen, stehen wir gerne zur Verfügung.

Frühstück ab 7.30 Uhr - Mittagstisch von 12 - 14 Uhr

Tel.: 0211 2503 263

www.kantinenwunder.de