



zuka solicafé

## MITTAGSTISCH

12:00-14:30 Uhr

zuka solicafé im  
Haus der Jugend,  
Uhlandstraße 2,  
79102 Freiburg

Wochenmenü ab 23.03.2026

### MENÜ

### regionale Zutaten

### internationale Zutaten

### Allergie Info

MONTAG

Pasta a la Genovese 2)

Pasta

DIENSTAG

Kartoffel- Möhrenstampf  
mit Blattkohl und Tofu 1)2)

Blattkohl

Tofu

MITTWOCH

Lauwarmer Gemüse Bulgur  
mit Süßkartoffel 1)

Süßkartoffel

Bulgur

DONNERSTAG

Burger mit Kartoffelwedges

Kartoffel

Kidneybohnen

FREITAG

Überraschungsmenü

1) vegan bzw. vegan möglich // 2) GF bzw. GF möglich



### WARUM SAISONAL, REGIONAL UND ÖKOLOGISCH?

Bei uns wird ausschließlich mit ökologischen und fair gehandelten Zutaten gekocht. Soweit möglich, verwenden wir saisonale und regionale Produkte von uns bekannten Produzent\*innen. Da manche Produkte wie zum Beispiel Kaffee, Reis und Pfeffer nicht regional wachsen, achten wir hier besonders auf einen bewussten Umgang mit Lebensmitteln, auf transparente Lieferketten und auf faire Arbeitsbedingungen. Nachhaltigkeit und soziale Gerechtigkeit ist uns wichtig und dafür engagieren wir uns.

Weitere Informationen findet ihr unter [www.zlev.de](http://www.zlev.de)