



**zuka solicafé**

## MITTAGSTISCH

12:00-14:30 Uhr

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

### MENÜ

Woche 20.02.2024

regionale  
Zutaten

internationale  
Zutaten

Allergie Info

D I E N S T A G

Kartoffel-Mille-Feuille auf  
Wurzelgemüseragout

Gemüse, Mehl,  
Milch

Gluten,  
Lactose

M I T T W O C H

Rösti auf  
Kräuter-Pilz-Gemüse &  
Knoblauchdip 1) 2)

Gemüse, Kräuter

D O N N E R S T A G

Couscous & geschmorter  
Spitzkohl mit  
Pastinaken-Hummus 1)

Gemüse

Couscous,  
Kichererbsen

Gluten

F R E I T A G

Karotten-Haferbällchen auf  
Weißkrautsalat 1)

Gemüse, Hafer

Gluten

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)