

Wochenkarte Mittagsmenü

vom 13.02. – .18.02.12

Montag:

Gericht 1: Wirsing-Kartoffelauflauf

Gericht 2: Gemüse-CousCous mit Kokoscreme * #

Gericht 3: Champignon-Gulasch ▪

Dienstag:

Gericht 1: Grünkohl-Hirseauflauf asiatische Art * #

Gericht 2: Bunter Nudelauflauf

Gericht 3: Rote Linsen-Eintopf mit Tofu * ▪ #

Mittwoch:

Gericht 1: Geschichteter Kohlaufauf

Gericht 2: Fenchel-Reisgratin mit Tomaten-Kräuterkruste* #

Gericht 3: Chili sin carne * ▪ #

Donnerstag:

Gericht 1: Bolognese-Lasagne mit Kräutersojabechamel* #

Gericht 2: Quino-Aufauf

Gericht 3: Vegetarisches Kartoffel-Gulasch ▪

Freitag:

Gericht 1: Reisaufauf italienische Art

Gericht 2: Gebackener Rosenkohl in Kokossoße* #

Gericht 3: Puten-Wok mit Dinkelreis #

Samstag:

Gericht 1: Vegetarisches Kartoffel-Gulasch ▪

Gericht 2: Grünkern Risotto * #

Gericht 3: Zwiebelfleisch (Rind) mit Hörnchennudeln

Täglich:

Wochensalat Bulgur-Salat mit Gemüse *# **5,99 €**

Täglich wechselnde Suppen **3,90 €/ Portion**

Eintopf (vegetarisch) **4,50 €/ Portion**

Preis für Tagesessen: 5,50 € / Portion

▪ glutenfrei

lactosefrei

* vegan = ohne tierische Produkte zubereitet