

WOCHENKARTE

TAGESGERICHTE

KW 20

MONTAG

MIT FLEISCH ^{1,5}
Lasagne al Forno, Mozzarella, Rucola

VEGETARISCH
Dal (rote Linsen), Wok-Gemüse, Kichererbsen, Kokos,
Duftreis, Kräuter

DIENSTAG

MIT FLEISCH ^{1,5,9}
Gefüllte Paprika (gemischtes Hackfleisch), Reis,
Tomatensugo

VEGETARISCH ^{1,5}
Farfalle, Tomaten, Auberginenragout, Schafskäse,
Basilikum

MITTWOCH

MIT FLEISCH ^{1,5,9,11}
Szegediner Gulasch (Rinder-Kraut-Gulasch), Spätzle,
Kräuter

VEGETARISCH ^{1,5}
Rigatoni, Gorgonzola-Rahm, Rucola, Walnuss

DONNERSTAG

MIT FLEISCH ¹
Hähnchenkeule Tandori, Gemüseragout, Curryreis,
Joghurt-Dip

VEGETARISCH ^{1,5,9}
Spinat-Kartoffelstrudel, Fetakäse, Tomatensalsa, Rucola

FREITAG

MIT FLEISCH ^{1,2,5,9}
Gebackener Rotbarsch, Kartoffel-Gurkensalat,
Cocktailsauce, Zitrone, Kräuter

VEGETARISCH ^{1,5,7,9}
Kaiserschmarn, Zwetschgenröster, Zimtucker, Minze

WEEKLY-BOWL

MONTAG-MITTWOCH ⁵
Mex-Bowl: Grilled Chicken, Kidneybohnen, Tomate,
Gurke, Petersilie, Tortilla Chips, Avocado-Sauerrahm-Dip

DONNERSTAG-FREITAG ^{1,5,6}
Sunny Bowl: Süßkartoffel, Ziegenkäse, Rote-Beete-
Couscous, Blattspinat, Joghurt-Limetten-Dip,
Granatapfel

WOCHENSALATE (To-Go)

SALAT ^{11,14}
Romanasalat, Prosciutto, Melone, Gurke, Tomate, Honig
Senf Dressing

SALAT ^{5,11}
Bunte Blattsalate, Süßkartoffel, Ziegenkäse, Granatapfel,
Tomate, Gurke, Balsamicodressing

SUPPEN

MONTAG-MITTWOCH ⁵
Süßkartoffelsuppe

DONNERSTAG-FREITAG ⁵
Pilzrahmsuppe

- 1) Getreide (glutenhaltig)
- 2) Fisch
- 3) Krustentiere
- 4) Sellerie
- 5) Milch (lactosehaltig)
- 6) Sesamsamen
- 7) Nüsse

- 8) Erdnüsse
- 9) Eier
- 10) Lupinen
- 11) Senf
- 12) Soja
- 13) Weichtiere
- 14) Schwefeldioxide & Sulfite

