



MONTAG

- menu I Orientalische Quinoa-Gemüse-Pfanne mit Kichererbsen und Tahini-Sojajoghurt-Dip (vegan) (f,k)
- menu II Rindfleisch-Köfte in orientalischer Tomatensauce mit Butterreis (a,c,g)
- menu III Geröstete Kartoffelknödel mit Zwiebeln, frischen Kräutern und Ei (a,c)

DIENSTAG

- menu I Vollkorn-Pasta mit rotem Pesto, gebratenen Pastinakenwürfeln und Parmesan (a,g)
- menu II Hähnchenstreifen auf Vollkorn-Pasta mit rotem Pesto, gebratenen Pastinakenwürfeln und Parmesan (a,g)
- menu III Veganer Burrito mit Reis, Kidneybohnen, Paprika, Mais, Zwiebeln, Avocado, Salsa und Koriander (vegan) (a)

MITTWOCH

- menu I Graupen-Gemüse-Risotto mit Ziegenkäse (a,g,i)
- menu II Rinderstreifen auf Graupen-Gemüse-Risotto (a,g,i)
- menu III Tofu-Mango-Curry mit Gemüse und Reis (vegan) (f,k)

DONNERSTAG

- menu I Süßkartoffel-Gemüse-Masala mit Kurkuma-Reis (g)
- menu II Indisches Butter Chicken mit Kurkuma-Reis (g)
- menu III Farfalle in veganer Spargel-Käse-Sauce (vegan) (a,h)

FREITAG

menu I



menu II

menu III