

Wochenmenüplan 04.02. bis 08.02.19

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Mittag	Veganes Punjabi Curry mit Kichererbsen, Duftreis und Pappadum	Fleischspieß oder Vegispieß mit Teufelsoße, Pommes und Grillgemüse	Gebratenes Lachsforellenfilet mit Kren Soße, Süßkartoffel-Muffins und Wintergemüse A-C-D-G-H-O GÜFEL~FORELLEN	gesmokte Putenbrust mit jungen Kartoffeln und geschmorten Kürbisspalten mit Zitronen-Kräuterkruste	Selchschof mit Salzkartoffeln und Sauerkraut von Bio Moosbrugger G-L-O
Abend	Wurstnudeln oder Gemüsenudeln A-C-M-O-L	Mediterrane Gemüse-Tarte dazu Basilikum-Joghurt A-C-M-G  Martins Hof Frisch vom Bauern	Bunte Gemüse-Paella A-C-G-L-O	Gefüllter Hackfleisch-Einkorn-Palatschinken mit buntem griechischem Salat A-C-G-L-O	

A Gluten / B Krebs / C Ei / D Fisch / E Erdnuss / F Soja / G Milch/ H Nuss / L Sellerie / M Senf / N Sesam / O Sulfide / P Lupine / R Weichtiere