



Frühling Piratenwoche 4

vom 14.06. bis 18.06.2021 KW 24

Vollwertig-Gesund
Zubereitung von vegetarischen Speisen mit Öko-Komponenten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Mediterraner Salat an Olivenöl-Dressing*¹⁰ Eisbergsalat mit Paprika und Gurken	Gemischter Salat an mediterranem Dressing*¹⁰ Eisbergsalat mit Tomaten und Gurken	Sesam-Sticks*⁶ Blätterteigsticks mit Sesam	Sprossen-Salat an French-Dressing*⁵ Sprossen-Salat mit Eisberg und Karotten	Dall-Suppe* ...mit Karotten, Tomaten...
Farfale**⁶ mit Tomaten-Soße di Marco*⁵ Nudeln an Tomatensoße mit angerösteten Kokosraspeln, Sahne und frischem Basilikum	Soja-Gulasch*⁴ mit Vollkornbrot*^{2,6} Hausgemachter Gulasch mit Brot	Wirsing⁵ an Basmatireis*	Lasagne Verdura*^{5,6,9} Vegetarische Lasagne mit Karotten, Zucchini und Gemüse-Bechamelsoße	Kroketten⁶ mit Kräuter-Dip⁵ Knusprig ausgebackene Kroketten mit würzigem Inhalt
Fruchtjoghurt⁵ Naturjoghurt mit Fruchtzubereitung	Frisches Obst Frisches Obst der Saison	Schokopudding³⁵ Schokopudding mit Ökomilch und Ökozucker	Obstkuchen^{2,3,5,6} hausgemachter Kuchen aus Ökomehl	Frisches Obst Frisches Obst der Saison

Änderungen vorbehalten! Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns einfach an – kostenlose Service Hotline (0800) 2 108 108

Ökokontrollstelle: DE-ÖKO-060

enthält: * Meersalz, ² Ökomehl, ³ Ökozucker, **Ökonudeln, ⁴ Soja, ⁵ Milchprodukte/Ökomilch, ⁶ Gluten, ⁷ Nüsse, ⁸ Sesam, ⁹ Sellerie, ¹⁰ Senf

Einen guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Vegetaria Catering Team!!!