



Sommer Delphinwoche 5

vom 06.09. bis 10.09.2021 KW 36

Vollwertig-Gesund
Zubereitung von vegetarischen Speisen mit Öko-Komponenten

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Blattsalat an Zitronen-Dressing*¹⁰ <small>Frischer Grünsalat mit Olivenöl-Zitronen-Dressing</small>	Papadam <small>Knusprig gebackene Linsenfladen</small>	Couscous-Salat*^{5,6,10} <small>Hausgemachter Couscous-Salat mit frischen Gurken, Tomaten und Zitronenmelisse</small>	Gemüse Suppe* <small>Klare Suppe mit Gemüse</small>	Erbsen-Kokos-Suppe
Fusilli**⁶ mit Veggie-Bolognese-Soße*^{3,4} <small>Öko-Nudeln an vegetarischer Bolognesesoße mit frischem Oregano</small>	Zucchini-Gemüse*⁵ an Basmati-Reis* <small>Frische Zucchini in sahniger Soße an Basmatireis</small>	Pizza Mozzarella*^{2,3,5,6} <small>Hausgemachte Pizza mit frischen Tomaten und Mozzarella</small>	Hirse Bratling* mit hausgem. Ketchup*³ an Salzkartoffeln*	Überbackener Blumenkohl Auflauf*⁵ <small>Hausgemachter Auflauf mit frischem Gemüse</small>
Fruchtjoghurt⁵ <small>Naturjoghurt mit Fruchtzubereitung</small>	Obstkuchen^{2,3,5,6} <small>hausgemachter Kuchen aus Ökomehl</small>	Bananencreme Dessert^{3,5}	Popcorn	Frisches Obst <small>Frisches Obst der Saison</small>

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

enthält:

Ökokontrollstelle: DE-ÖKO-060

* Meersalz, ² Ökomehl, ³ Ökozucker, **Ökonudeln, ⁴ Soja, ⁵ Milchprodukte/Ökomilch, ⁶ Gluten, ⁷ Nüsse, ⁸ Sesam, ⁹ Sellerie, ¹⁰ Senf
⁰ Erdnüsse ¹ Eier

Einen guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Vegetaria Catering