

Speiseplan 21. - 25. Sept. 26

Mo: Farfalle in cremiger Kürbissauce
mit Pilzen (v) glf ugl.

Di: Salbei-Polentaschiffen mit (glf)
mediterraneem Gemüse-Ratatouille

Mi: gefüllte Zucchini mit
Linsenlirise + Möhrensalat (glf) (v)

Do: Aloo Gobi - geröstete Kartoffeln-
Blumenkohlcurry (glf)
+ Minz-Joghurt + kleinem Salat (v ugl.)

Fr: Kürbisquiche mit Salat (glf ugl.)

glf = glutenfrei / glf ugl. = Es gibt glutenfreie o.
v = vegan v ugl. = vegane Alternativen, dafür
bitte bis 9.30 anmelden
+ Bescheid geben! Danke