

MENÜ

für die Woche vom
02.06.2025 bis 06.06.2025

EST.  2024
**KÜCHEN
WERK
STATT**

TAG

GERICHT

MONTAG



Gedünsteter Seelachs (F) in Tomaten-Limetten-Soße (J) aus
*Bio-Tomaten mit Basmatireis und frischem Koriander
Fischlose Alternative: Jackfruitschnitzel

DIENSTAG



*Bio-Ofenmöhren mit Honig-Safran-Soße (H) und Bulgur mit
brauner Butter (Aw,B,C), dazu frische Blattpetersilie

MITTWOCH



Tortellini gefüllt mit Spinat und Ricotta (Aw,B,C) , dazu
Frischkäsesoße (B,C) und geriebener Gouda (B,C)

DONNERSTAG



Kartoffel-Spalten und Brokkoli, dazu Knoblauch-Joghurt-Dip mit
italienischen Kräutern (B,C)

FREITAG



Spargelcremesuppe (B,C) mit hausgemachten Croutons (Aw)
und Radieschensprossen, dazu Roggenmischbrot (Ar,Aw)

**WUSSTEST DU
SCHON?**

Kennst du das teuerste Gewürz der Welt?
Es handelt sich um **Safran**! Es ist so wertvoll,
dass man früher sogar damit zahlen konnte
und es wertvoller war als Gold. Das liegt
daran, dass der Safran aus der Blüte einer
Pflanze namens Krokus kommt. Es sind die
einzelnen Fäden in der Blüte, die geerntet
werden. Dies ist zeitaufwändig, und man
bekommt immer nur eine geringe Menge.



**DENKSPORT VOR
DEM ESSEN:**

Wie lange brauchen
Radieschensprossen bis zur Ernte?

Antwort der letzten Woche:
2500 Brücken

DIE SALATBAR

In der Salatbar sind immer **Eisbergsalat**,
Tomate, ***Bio-Gurke**, **Paprika**, **Mais**, und
zwei wechselnde **Dressings**. Dazu gibt es
wechselnde angemachte Salate und Toppings wie
Röstzwiebeln oder **Hirtenkäse** und co.



DE-ÖKO-072



=vegetarisch



=vegan



=Fleisch



=Fisch



=regional



=Specials