MENÜ

für die Woche vom
24.11.2025 bis 28.11.2025

EST. 2024
KÜCHEN WERK STATT

TAG	GERICHT
MONTAG	Farfalle-Nudeln (Aw) mit Soße nach Cabonara-Art (B,C), dazu Räuchertofu (H) „Bacon Style“
DIENSTAG	Fischfrikadelle (Aw,E,F,K) mit Salzkartoffeln, Erbsen und Dillsoße (B,C,K)
MITTWOCH	Winterofengemüse aus *Bio-Möhren, Hokkaido-Kürbis und Roter Beete mit Backkartoffeln, dazu Ricotta-Gurkendip (B,C)
DONNERSTAG	Pizza Margherita (Aw,B,C) überbacken mit Mozzarella (B,C) und frischem Basilikum
FREITAG	Pastinaken-Kartoffelsuppe (J) mit *Bio-Möhren und Sellerie, dazu rustikales Baguette (Aw) und dunkle Croutons (Ar,Aw)

WUSSTEST DU SCHON?

Bunte Teller sind oft besonders gesund, weil jede Farbe in Obst und Gemüse andere wichtige Nährstoffe hat. Rote Lebensmittel wie Tomaten unterstützen dein Herz, orange wie Karotten stärken deine Augen und grüne wie Brokkoli machen dein Immunsystem fit. Wenn du also viele Farben auf deinem Teller hast, bekommt dein Körper alles, was er für einen starken Tag braucht.

DENKSPORT VOR DEM ESSEN:

Aus welchem Land kommt Pizza Margherita?

Antwort der letzten Woche:
Ca. 10-12 Pommes

DIE SALATBAR

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

=vegetarisch =vegan =Fleisch =Fisch =regional =Specials