

# MENÜ

für die Woche vom  
11.05.2026 bis 15.05.2026

EST. 2024

KÜCHEN  
WERK  
STATT

TAG

GERICHT

MONTAG



\*Bio-Penne (Aw) mit Kürbis-\*Bio-Möhren-Soße und geriebenem Mozzarella (B,C)

DIENSTAG



Lunchpakete für Ausflüge

Lammragout aus \*Bio-Lamm, dazu Basmatireis und Brechbohnen

MITTWOCH



Soja-Frikassee (B,C,H) mit \*Bio-Möhren und Erbsen, dazu Salzkartoffeln und \*Bio-Gurkensalat

DONNERSTAG

Feiertag / Christi Himmelfahrt

FREITAG



Eierpfannkuchen (Aw,B,C,E) mit Apfelmus, Zimt und Zucker  
Herzhafte Alternative: Toppings in der Salatbar

WUSSTEST DU  
SCHON?



DENKSPORT VOR  
DEM ESSEN:

**Vollkorn** ist gesünder als weißes Brot oder helle Nudeln, weil im ganzen Korn viele gute Stoffe bleiben. Dazu gehören Ballaststoffe, Vitamine und Mineralstoffe. Sie helfen unserem Körper beim Wachsen und geben lange Energie. Außerdem macht Vollkorn den Bauch glücklich und hilft bei der Verdauung. Weißmehl hat viele dieser Stoffe nicht mehr, weil ein Teil vom Korn entfernt wird.

Wie viele Kakaobohnen stecken in einer Tafel Schokolade?

Antwort der letzten Woche:  
Spinat

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



=Kinderwunsch