

# MENÜ

für die Woche vom  
25.05.2026 bis 29.05.2026

EST. 2024

KÜCHEN  
WERK  
STATT

TAG

GERICHT

MONTAG

Pfingstmontag


DIENSTAG



Bratreis mit Ei (E) Chinakohl, \*Bio-Möhren, Zucchini und Brechbohnen in Chop-Suey-Soße (Aw,D,F,H,J) und Mungobohnensprossen  
**Vegetarisch:** Gemüse in Sojasoße (H)


MITTWOCH



Kartoffel-Gemüse-Eintopf (J) mit \*Bio-Möhren, Porree und Stangensellerie (J), dazu Pane-Brot (Aw,Ar) aus der Braaker Mühle und frittierte Kapern 

DONNERSTAG



\*Bio-Hähnchen-Keule mit Ofengemüse aus Kartoffeln, \*Bio-Möhren und Paprika, dazu Cole-Slaw-Salat (B,C,E) und Sour Creme (B,C) 

FREITAG



\*Bio-Fusilli (Aw) mit Mangold-Pesto (B) oder Bärlauch-Pesto (B), Grana Padano (B), gerösteten Sonnenblumenkernen und frischem Basilikum

WUSSTEST DU  
SCHON?



**Chop-Suey** ist ein leckeres Gericht das mit Gemüse, Fleisch, Fisch oder Tofu zubereitet werden kann. In unserem Fall wird das Gemüse klein geschnitten und in einer Pfanne angebraten. Danach kommt eine Soße aus Sojasoße, Austernsoße, Brühe und Gewürzen dazu. Dazu isst man meistens Reis oder Nudeln. Chop Suey kommt ursprünglich aus China und ist heute auf der ganzen Welt sehr beliebt.

DENKSPORT VOR  
DEM ESSEN:

Wie viele Samen hat eine durchschnittliche Erdbeere?

Antwort der letzten Woche:  
Spargel

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