

MENÜ

für die Woche vom
29.06.2026 bis 03.07.2026



TAG

GERICHT

MONTAG



*Bio-Fusilli (Aw) mit Sojachunks (H) in einer würzigen Paprika-Sahne-Soße (Aw,B,C,H), dazu geriebener Gouda (B,C)

DIENSTAG



Knusprige Bratkartoffeln mit Rührei (E) und Räuchertofu (H) mit Gewürzgurke und einer vielfältigen Auswahl aus unserer Salatbar

MITTWOCH



Falafel mit Hummus-Rote-Bete-Dip (B,C) mit Bulgur (Aw), dazu geröstete *Bio-Möhren aus dem Ofen

DONNERSTAG



Hackbällchen (Aw,E,K) vom *Bio-Rind und *Bio-Lamm in fruchtiger Tomatensoße mit Spaghetti (Aw) und Grana Padano (B)
Vegetarisch: Vegane Bällchen (H) in fruchtiger Tomatensoße

FREITAG



Möhren-Ingwer-Suppe aus *Bio-Möhren mit ofenfrischem, hausgemachtem Baguette (Aw)

WUSSTEST DU SCHON?

Gerade an heißen Tagen sind viele Tiere auf unsere Hilfe angewiesen. Mit einer flachen Wasserschale für Vögel, Insekten und andere Wildtiere, etwas Schatten im Garten oder auf dem Balkon sowie einem achtsamen Blick auf Tiere in unserer Umgebung können wir viel bewirken. Schon kleine Gesten helfen, Leben zu schützen und die Natur in der Hitze zu unterstützen.



DENKSPORT VOR DEM ESSEN:

Aus welcher Pflanze wird Räuchertofu gemacht?

Antwort der letzten Woche:
Sonntag, der 19. Juli 2026

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