

MENÜ

für die Woche vom
19.10.2026 – 23.10.2026

EST.  2024
**KÜCHEN
WERK
STATT**

TAG

GERICHT

MONTAG



*Bio Spaghetti (Aw) mit rustikaler Tomatensauce, geriebenem Gouda (B,C) und frischem Basilikum

DIENSTAG



*Bio Kürbis, *Bio Karotten und *Bio Blumenkohl aus dem Ofen mit Bulgur (Aw), Dattel-Curry-Hummus (L) und Gurken-Tomaten-Salat

MITTWOCH



Pizza Margarita (Aw,B,C) mit Mozzarella, Tomate und frischem Basilikum



DONNERSTAG



Geflügel-Würstchengulasch mit *Bio Wiener Würstchen, Spätzle (Aw,E) und grünen Bohnen
Vegetarische Alternative: Tofu-Würstchengulasch

FREITAG



Grüne Erbsensuppe mit Röstzwiebeln (Aw), frischer Petersilie und Laugenstangen (Aw)

**WUSSTEST DU
SCHON?**

Spätzle sind eine Spezialität aus Süddeutschland und Österreich. Ihr Name kommt vermutlich von ihrer Form, denn das Wort „Spätzle“ bedeutet so viel wie kleine Spatzen.



**DENKSPORT VOR
DEM ESSEN:**

Blumenkohl gehört zur großen Kohlfamilie. Weißt du, welches Gemüse ebenfalls mit ihm verwandt ist: Karotte, Brokkoli oder Kartoffel?

Antwort der letzten Woche:
Kronsbeere

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