MENÜ

für die Woche vom
16.11.2026 – 20.11.2026

EST. 2024
KÜCHEN WERK STATT

TAG	GERICHT
MONTAG	*Bio Penne (Aw) mit Kürbissauce aus regionalen Kürbissen, gerösteten Kürbiskernen, geriebenem Gouda (B,C) und frischem Basilikum
DIENSTAG	*Bio Geflügel-Fleischkäse mit Kartoffelstampf (B,C), mildem Sauerkraut und süßem Senf (K) **Vegetarische Alternative:** Marinierter Sojabratling (H)
MITTWOCH	Kartoffeltaschen mit Kräuter-Frischkäse-Füllung (B,C), Petersilienquark (B,C), gedämpfter *Bio Brokkoli und Möhren- Apfel-Salat
DONNERSTAG	Weißer Bohnen-Gemüse-Eintopf mit *Bio Karotten, *Bio Tomaten und *Bio Zucchini, dazu Langkornreis und Zitronen-Kräuterdip auf Sojabasis (H)
FREITAG	Blumenkohlsuppe mit *Bio Blumenkohl, knusprigen Backerbsen (Aw,B,C,E), frischem Schnittlauch und Laugenstangen (Aw)

WUSSTEST DU SCHON?

Blumenkohl gibt es nicht nur in Weiß, sondern auch in Violett, Grün und Orange. Die unterschiedlichen Farben entstehen durch natürliche Pflanzenfarbstoffe. Geschmacklich sind die bunten Sorten dem weißen Blumenkohl ähnlich.

DENKSPORT VOR DEM ESSEN:

Zu welcher Pflanzengruppe gehören weiße Bohnen?

Antwort der letzten Woche:
An eine Niere. Das englische Wort „kidney" bedeutet Niere.

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.

* BIO DE-ÖKO-072

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