# MENÜ

für die Woche vom
**23.11.2026 – 27.11.2026**

EST. 2024
KÜCHEN WERK STATT

| TAG | GERICHT |
|---|---|
| MONTAG | Tortellini mit Käsefüllung (Aw,B,C) mit *Bio Putenschinken in Sahnesauce (B,C), Champignons und Gouda (B,C)<br>**Vegetarische Alternative:** Vegane Räuchertofu-Champignon-Sauce (H) |
| DIENSTAG | *Bio-Ei in milder Senfsauce (B,C,E), Salzkartoffeln, Leipziger Allerlei mit *Bio Möhren, Erbsen und Blumenkohl, dazu frische Kresse |
| MITTWOCH | Kürbis-Möhren-Risoni (Aw) mit ofengerösteten bunten *Bio Möhren, italienischem Hartkäse (B,C,E) und frischem Krautsalat |
| DONNERSTAG | Überbackenes Seelachsfilet mit Kräuterkruste (Aw,B,C,E,F), Basmatireis, Tomatensauce und frischem Gurkensalat<br>**Vegetarische Alternative:** Sellerie-Knusperschnitzel (Aw, J) |
| FREITAG | Maissüppchen mit gerösteten Kokosflocken und Petersilienpesto, dazu Fladenbrot (Aw,K) |

## WUSSTEST DU SCHON?

Basmatireis ist für seinen besonderen Duft bekannt. Sein Name bedeutet auf Hindi und Urdu so viel wie „duftend“. Die langen, schlanken Reiskörner werden beim Kochen locker und bleiben schön getrennt. Basmati wird vor allem in Indien und Pakistan angebaut.

## DENKSPORT VOR DEM ESSEN:

Risoni sehen aus wie kleine Reiskörner. Weißt du, woraus sie tatsächlich hergestellt werden?

Antwort der letzten Woche:
**Hülsenfrüchte**

## 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