

Montag

Mildes Chilli con Carne mit ofenfrischem Baguette¹
Mildes Chilli sin Carne mit ofenfrischem Baguette¹
Frisches Obst

Dienstag

Pasta¹ mit Kräuter - Tomatensugo und Parmesan
Pasta¹ mit Thunfischsauce³ und Parmesan
Grüner Salat

Mittwoch

Gelbes Thai-Curry mit Hühnchen, Asiagemüse und Reis
Gelbes Thai-Curry mit Bio-Tofu⁵, Asiagemüse und Reis
Mangolassi⁶

Donnerstag

Rahmspinat⁶ mit Rührei² und Reibedatschi
Reibedatschi mit Bio-Apfelmark
Frisches Obst

Freitag

Fischstäbchen^{1,3} mit Stampfkartoffeln⁶
Gemüsepflanzerl mit Stampfkartoffeln⁶
Bunte Rohkost mit Kräuter-Dip⁶

Samstag

Lunchpakete^{1,6}

Alle Gerichte sind ohne Schweinefleisch zubereitet und Halal.
Änderungen im Speiseplan sind vorbehalten!

...lecker macht laune...

zwergerlküche · Uli Kerschbaumer · Karl-Theodor-Str. 31a · 80803 München
Tel 089 39 57 84 · Mobil 0170 342 89 23 · Fax 089 33995537 · StNr.: 145 / 120 60 936

1= Glutenhaltiges Getreide, 2= Eier, 3= Fisch, 4= Erdnüsse,
5= Soja, 6= Milchprodukte, 7=Schalenfrüchte,
8= Sellerie, 9= Senf, 10= Sesamsamen

www.zwergerlkueche.de