

Speiseplan für die KW 45

Montag 04.11.2019	Nudeln ²⁴ mit Gemüse – Frischkäse Soße ⁷ Johannisbeerquark	Kartoffel – Kürbis – Feta Gratin ⁷ Johannisbeerquark ⁷
Dienstag 05.11.2019	Fleischpflanzerl ^{24,3} mit Kartoffelbrei ⁷ Gurkensalat	Lauch - Quiche ^{3,7,24} Gurkensalat
Mittwoch 06.11.2019	Gemüse Couscous ²⁴ Tomatensalat	Leberkäse mit Kartoffelbrei ⁷ Tomatensalat
Donnerstag 07.11.2019	Kartoffeln mit Wildlachs – Soße ⁷ Obst	Gemüse - Wraps ²⁴ Obst
Freitag 08.11.2019	Süßkartoffelsuppe mit Kokos Milchreis ⁷	Ravioli ²⁴ in Basilikum – Rahm Soße ⁷



Wir wünschen guten
Appetit

Ihr Naturkost Strohmaier
Team



Hinweis: Wir verwenden bei Fleisch oder Wurst
Gerichten ausschließlich

Bio-Rindfleisch oder Bio-Geflügelfleisch / Wurst

1 Erdnuss 2 Krebstiere 3 Eier 4 Fisch Wildfang 6 Soja 7 Milch/Produkte 8 Schalenfrüchte 9 Sellerie 10 Senf 11 Sesamsamen 12 Lupine 13 Weichtiere 14 Schwefeldioxid Zusatzstoffe: 15 Farbstoff, 16 Konservierungsstoff, 17 Antioxidantien, 18 Geschmacksverstärker, 19 geschwefelt, 20 gewachst, 21 Phosphat, 22 Süßungsmittel, 23 Säuerungsmittel Gluten haltiges Getreide: (24 Weizen, 25 Roggen, 25 Gerste, 25 Hafer, 26 Dinkel, 27 Kamut oder Hybridstämme davon) Schalenfrüchte (28 Mandel, 29 Haselnuss, 30 Walnuss, 31 Cashew, 32 Pecannuss, 33 Paranuss, 34 Pistazie, 35 Macadamianuss und 36 Queenslandnuss)

Änderungen vorbehalten

DE- Öko - 006