

WOCHENMENÜ

MONTAG

Karotten-Ingwer-Suppe
Mango-Avocado-Salat (vegan)
Bulgursalat
Amaranth-Hirse-Pfanne (vegan) – wahlweise mit Hühnchen
Bananenbrot (vegetarisch)

DIENSTAG

Zitronen-Mais-Suppe
Eiersalat (vegetarisch)
Hühnchen in Senf gebacken
Gefüllte Pilze (vegan)
Brownies (vegan)

MITTWOCH

Frühlingszwiebel-Pancakes (vegetarisch)
Fisch-Stäbchen mit Tatar-Sauce
Koreanische Hühnchen-Tacos
Quiche mit Schinken
Bananen-Dattel Muffins (vegan)

DONNERSTAG

Kalte Avocado-Gurken-Suppe (vegan)
Curry-Reisnudel-Salat
Hühnchen mit grüner Sauce
Kräuter-Frikadellen mit Paprika-Reis-Salat
Mini-Tarts mit Himbeer- und Kokoscreme (vegan)

FREITAG

Sommersalat mit Halloumi
Brotsalat mit Gemüse und Salsa (vegan)
Tortilla-Flammkuchen mit Birne und Schinken
Kabeljau in Zucchinistreifen
Himbeerparfait (vegan)