

1020

WOCHENMENÜ 11.03.-15.03.2019

Frag uns auch nach unserem leckeren Dessert im Glas!

Montag	× Tofu-Brokkoli-Bulgur Pfanne	€ 8,5
	vegan, reich an Vitamin B & Eiweiß	
	× Mangold-Gemüse Curry	€ 7,5
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen und Beta-Carotin	
	× Ingwer-Kokos Suppe	€ 5,0
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Magnesium	
Dienstag	× Tofu-Brokkoli-Bulgur Pfanne	€ 8,5
	vegan, reich an Vitamin B & Eiweiß	
	× Tandoori Chicken Curry	€ 8,5
	glutenfrei/laktosefrei, reich an Vitamin C5	
	× Rote Rüben-Kokos Suppe	€ 5,0
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Kalium und Phosphor	
Mittwoch	Doctor's Dish of the Week, von unserem Freund Dr. Christian Matthai für euch zusammengestellt:	
	× Dinkelreis-Schmorfenichel-Orangen Pfanne	€ 8,5
	vegan, hoher Vitamin B-Gehalt & Magnesium	
	× Süßkartoffel-Mandel Curry mit Bio-Naturreis	€ 7,5
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Eisen und Zink	
	× Räuchertofu-Chili sin Carne	€ 7,0
	vegan/glutenfrei, reich an Eiweiß & Aminosäuren	
Donnerstag	× Brokkoli-Rauchkäse Beef Vollkornlasagne	€ 8,5
	mit Bio-Rind, enthält Kalium und Eiweiß	
	× Sweet Paprika-Kokos Curry	€ 7,5
	vegan/glutenfrei, reich an Vitamin A	
	× Karotten-Ingwer Suppe	€ 5,0
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen	
Freitag	× Indian Biryani Bowl	€ 8,5
	vegan/glutenfrei, enthält Kalium und Vitamin B	
	× Melanzani Thai Curry mit Rotem Reis	€ 8,5
	vegan/glutenfrei/mit Bio-Tofu, gute Quelle für Eiweiß und Phosphor	
	× Chana-Linsen Dal	€ 6,0
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen und Eiweiß	