

SPEISEPLAN VOM MO, 22. JUNI BIS FR, 26. JUNI

WOCHENPASTA

SPAGHETTI MIT ZITRONEN-OLIVENÖL, PETERSILIE, WALNÜSSEN UND PARMESAN (VM)

MONTAG

WEISSE LASAGNE MIT KAROTTEN, BROKKOLI SALATBEILAGE UND PETERSILIENPISTOU
KURKUMA KICHERERBSEN CURRY, MIT ERBSEN, KARTOFFELN UND JOGHURT, DAZU BASMATIREIS (VM)
TABOULEH MIT GEGRILLTER PAPRIKA UND ZUCCHINI, DAZU JOGHURTDRESSING (VM)

DIENSTAG

RINDER-TAJIN MIT GETR. APRIKOSEN UND PFLAUMEN, COUSCOUS UND KAROTTEN
RISOTTO MILANESE MIT GESCHMORTEM GEMÜSE
TRAMPO (MALLORQUINISCHER SOMMER Salat MIT TOMATEN, PAPRIKA, MELONE, PFIRSICHEN UND SCHAFSKÄSE)

MITTWOCH

KRÄUTERPFANNKUCHEN MIT MANGOLD-KARTOFFEL FÜLLUNG UND SALATBEILAGE
CALABRESISCHE CAPONATA MIT OLIVEN UND GEBACKENEN KARTOFFELN, DAZU BASILIKUMPISTOU
NIZZA-SALAT MIT THUNFISCH, EI, BOHNEN UND OLIVEN

DONNERSTAG

PAPRIKA-PFIRSICH CURRY MIT HÜHNCHEN, BASMATIREIS UND HÜTTENKÄSE
CHAMPIGNON-LINSEN PFANNE MIT KARTOFFELPÜREE, CRUNCHY CHILIÖL UND SALATBEILAGE
ORIENTALISCHER SALAT MIT FALAFELBÄLLCHEN, GRANATAPFELKERNEN UND FRISCHER MINZE

FREITAG

BÖREK (TÜRKISCHER FILOTEIGAUFLAUF MIT BULGUR, SPINAT, TOMATEN UND SCHAFSKÄSE) UND SALATBEILAGE
GEBRATENE AUBERGINEN MIT MEER-SALZKARTOFFELN UND GRÜNEM MOJO
SALATTELLER MIT BRUSCHETTA UND OLIVEN (V)