

MONATSMENUPLAN SOMMERBAR VOLIÈRE

Mai | Juni

	WOCHE 1 26. bis 30. Mai 2025	WOCHE 2 2. bis 6. Juni 2025	WOCHE 3 9. bis 13. Juni 2025	WOCHE 4 16. bis 20. Juni 2025
MONTAG	Blattsalat vom Biohof Widacher *** Gemüse Lasagen mit Käse überbacken (V)	gebackene Kartoffel gefüllt mit Gemüse dazu Petersilien- Baumnusguacamole und Maiskolben (VV)	Blattsalat vom Biohof Widacher *** Chili sin Carne verfeinert mit einer Tomatensalsa und Süsskartoffel Bites (VV)	Black Beanburger verfeinert mit Tomatensalsa und Kabis dazu servieren wir Zwiebel-Bites und BBQ-Dip
DIENSTAG	Wassermelonensuppe *** Hausgemachte Falafel mit Erbsen- Minzesalsa auf Gemüse-Bulgur (VV)	Gurken-Dill-Salat *** Tofu süss-sauer mit Zitronen-Duftreis (VV)	Gazpacho *** geschmorte Aubergine mit Tzatziki und Safran-Salzkartoffeln (VV)	Karottensalat *** Linsen-Fettgalekten mit Sauerrahm dazu Ebly (V)
E's FlowFood MITTWOCH	Pastinakensuppe *** Linsen-Gemüse Curry mit Zitronen-Duftreis (VV)	Kichererbsensalat mit Gurken *** gebratener Paneer im Spinatcurry dazu Kartoffeln (V)	gebackene Gemüsesamosas mit Joe's Tomaten-Ketchup und einem Linsensalat (VV)	Tofu Tikka Masala mit Duftreis und Naan und Koriander (VV)
ottino 1313 DONNERSTAG	Randen-Apfelsalat *** Gemüse -Bolognaise mit Orecchiette (VV)	Blattsalat vom Biohof Widacher *** Auberginen Picatta mit Tomaten-Spagahti und Käse (V)	Blattsalat vom Biohof Widacher *** Rigattoni verfeinert mit Spinat- Pesto und Cherrytomaten vom Solawi Halde Hof (V)	Orecchietesalat *** Polenta verfeinert mit Kokosmilch dazu eine Rassiges Tomaten Olivenragout (VV)
FREITAG	Planted-Pouletburrito auf einem Cajuna-Couscoussalat und einem Petersilien- Baumnusguacamole (VV)	Tomaten-Erdbeersuppe *** Randen-Pilz Stoganoff mit Pilawreis (V)	Gurkensalat mit Dill *** Veganes Kartoffel-Auberginen Musaka (V)	Walliser Rösti verfeinert mit Zwiebeln, Pilze, Tomaten und Käse (VV)