

VEGETARISCHER SPEISEPLAN FÜR JÄNNER 2019

Gesunde
Küche



	07.01. – 11.01.2019	14.01. – 18.01.2019	21.01. – 25.01.2019	28.01. – 01.02.2019
Montag	II.HLW Karotten-Kohlrabicremesuppe Blätterteig-Gemüsestrudel Petersilkkartoffeln und Knoblauchsauce Salat vom Buffet Grießflammeri mit Erdbeersauce Abendessen: Toastbrote	II.HLW Tomatencremesuppe Bunte Gemüseplatte Kartoffelspalten in Rosmarin Sauce tartare Salat vom Buffet Topfengrießknödel mit Heidelbeersauce Abendessen: Gebackenen Emmentaler	Gemüsecremesuppe Gezogener Gemüsestrudel Petersilkkartoffeln Kräutersauce Salat vom Buffet Obst der Saison mit Naturjogurt und Nüssen Abendessen: Griechischer Salat	II.HLW Knoblauchcremesuppe mit Kräutercroûtons Gebackenes Gemüse Petersilkkartoffeln, Rollgerstengemüserais Orangencreme mit Cantucchini AE: Aufstriche/Erdäpfelkas
Dienstag	Französische Zwiebelsuppe Gemüsetaschen Salzkartoffeln Zarte Gemüsemischung Salat vom Buffet Obst der Saison Abendessen: Nudelsuppe	Klare Gemüsesuppe mit Backerbsen Gebackene Reisknödel mit zerlassener Butter und Parmesan Salat vom Buffet Gugelhupf Abendessen: Pizza	Kürbiscremesuppe mit getoastetem Schwarzbrot Gemüselasagne Gedünsteter Kräuterreis Salat vom Buffet Bananenmilch Abendessen: Kürbiskernrösti mit Sauerkraut	Salat vom Buffet Chili sin carne Hausbrot Gezogener Apfel- oder Topfenstrudel mit Vanillesauce Kompott Abendessen: Mozzarella Sticks
Mittwoch	Klare Gemüsesuppe mit Grießnockerln Gemüseragoût Hausgemachte Spätzle Salat vom Buffet Früchtejogurt Abendessen: Käseteller	Salat vom Buffet Erdäpfelsuppe Gebäck Kaiserschmarrn Apfelmus Zwetschkenröster Abendessen: Frühlingsrollen	Karfiolcremesuppe Tortellini tri colore mit Tomatensauce und geriebenem Parmesan Salat vom Buffet Biskuitroulade Abendessen: Gebratene chinesische Nudeln	Buchstabensuppe Schwammerlsauce Serviettenschnitte Salat vom Buffet Birne auf Schokoladenmousse Abendessen: Veggie Burger
Donnerstag	Klare Gemüsesuppe mit Kräuterröstschnitten Spaghetti mit Gemüsesugo Salat vom Buffet Gefüllte Brandteigkrapferl Abendessen Kalte Platte	Klare Gemüsesuppe mit Frittaten Bandnudeln mit Wurzelragoût Sautiertes Bohnendüett Salat vom Buffet Eisdessert Abendessen: Kalte Platte	II.HLW Klare Gemüsesuppe mit Kräuterschöberln Gemüespieß mit Ratatouille Hausgemachte Wedges Salat vom Buffet Ananascarpaccio mit Eis Abendessen: Kalte Platte	II.HLW Klare Gemüsesuppe mit Petersilknödeln Kartoffel-Gemüse-Pfanne aus dem Ofen Kräutersauce Salat vom Buffet Jogurtkaltschale mit Früchten Abendessen: Kalte Platte

Täglich Obst und Nüsse, Kürbiskernöl und Samen

Änderungen vorbehalten



W O L F G A N G S E E