



Speiseplan vom 28.01.2019 bis 28.02.2019 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 56 87 48
www.vitalelunchbox.de



	Montag, 28.01	Dienstag, 29.01	Mittwoch, 30.01	Donnerstag, 31.01	Freitag, 01.02
	Gnocchi pomodoro dazu Reibekäse und Endiviensalat	Currywurst vom Rind aus artgerechter Tierhaltung, dazu Ofenkartoffeln und Farmersalat Veggies: Veggie-Curryragout	Lauchcremesuppe dazu Vollwertiges und Pudding	Thai-Curry mit Reis	Wildlachsragout mit Zitrone dazu Pasta Veggies: Tomatiges Gemüseragout
			Dinkel/Weizen		Hartweizen
	Obst	Obst		Obst	Obst
	Montag, 04.02	Dienstag, 05.02	Mittwoch, 06.02	Donnerstag, 07.02	Freitag, 08.02
Hauptgerichte	Bunte Hähnchen-Gemüsepfanne dazu Ofenkartoffeln und cremiger Karottensalat Veggies: Gemüseragout	Gemüsecremesuppe dazu Vollwertiges und Nachtisch	Lasagne Pomodoro dazu Reibekäse und Salat	Rindergulasch aus artgerechter Tierhaltung mit Dinkelspätzle Veggies: Paprika-Karottengulasch	Schupfnudeln mit Apfelmus
		Dinkel/Weizen	Hartweizen	Dinkel	
	Obst		Obst	Obst	Obst
	Montag, 11.02	Dienstag, 12.02	Mittwoch, 13.02	Donnerstag, 14.02	Freitag, 15.02
	Kartoffelcremesuppe dazu Dampfknudel und Nachtisch	Paniertes Hähnchenschnitzel dazu Petersilien-Kartoffeln und Karotten-Kraut-Salat Veggies: Gemüseomelette	Broccoli-Karottenragout mit Kräuterreis	Pasta Pomodoro mit Reibekäse und Salat	Fischfilet aus nachhaltiger Fischerei dazu Ofenkartoffeln und Zitronendip Veggies: Haferbratling
	Weizen	Weizen			Weizen
		Obst	Obst	Obst	Obst
	Montag, 18.02	Dienstag, 19.02	Mittwoch, 20.02	Donnerstag, 21.02	Freitag, 22.02
	Rindswürstchen aus artgerechter Tierhaltung, Linsen und Spätzle Veggies: Gemüsetaler	Tortellini mit Gemüsefüllung an Basilikum-Käsesauce dazu Salat	Ofenkartoffeln, Zitronen-Blumenkohl und Salat	Hühnerfrikassee dazu Reis und Endiviensalat Veggies: Gemüsefrikassee	Indische Linsensuppe dazu Vollwertiges und Pudding
					Dinkel/Weizen
	Obst	Obst	Obst	Obst	
	Montag, 25.02	Dienstag, 26.02	Mittwoch, 27.02	Donnerstag, 28.02	Freitag, 01.03
	Chili sin Carne mit Kidneybohnen und Paprika dazu Reis	Ravioli an Käse-Spinatsoße dazu Salat	Frikadelle vom Rind aus artgerechter Tierhaltung an Bratenjus mit Dampfkartoffeln, dazu Karottensalat, Veggies: Gemüsebratling	Tomaten-Rahmsüppchen mit Nudleinlage dazu Nachtisch	
			Hafer	Hartweizen	
	Obst	Obst	Obst		