

Speiseplan vom 03.07 bis 31.07.2023 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 56 87 48
DE-ÖKO-007
www.vitalelunchbox.de

Montag, 03.07.	Dienstag, 04.07.	Mittwoch, 05.07.	Donnerstag, 06.07.	Freitag, 07.07.
Griechische Reispfanne dazu Zucchini-Kichererbsen Ragout	Hähnchenschnitzel oder Veggie-Schnitzel dazu Kartoffelsalat	Spaghetti an Käse-Sahnesauce und Salat	Tomaten-Basilikum- Suppe dazu Vollwertiges und Milchreis	Karotten-Paprikagulasch mit oder ohne Hackfleisch vom Rind dazu Spätzle
 Weizen	 Soja/ Weizen	 Hartweizen	 Weizen/ Dinkel	 Weizen
Montag, 10.07.	Dienstag, 11.07.	Mittwoch, 12.07.	Donnerstag, 13.07.	Freitag, 14.07.
Bio Pfannkuchen mit Kirschgrütze	Buntes Gemüseragout mit oder ohne Hackfleisch vom Rind dazu Spätzle	Pasta Pomodoro dazu Salat und Reibekäse	Ofenkartoffeln, Frühlingsquark und bunter Salat	Veggie Falafelbällchen/ Geflügelbällchen dazu Tomatenreis und Tzatziki
 Weizen	 Weizen	 Hartweizen	 Weizen	 Weizen
Montag, 17.07.	Dienstag, 18.07.	Mittwoch, 19.07.	Donnerstag, 20.07.	Freitag, 21.07.
Hähnchenbrustfilet natur gebraten / Sojabällchen an Thymiansauce dazu Salzkartoffeln	Kaiserschmarrn mit Apfelmus, Zimt und Zucker	Penne bella Italia dazu Reibekäse und Sommersalat	Mexikokartoffeln und Tomatendip dazu cremiger Karotten-Maissalat	Gemüseragout mit oder ohne Hackfleisch vom Rind dazu Spätzle
 Soja	 Weizen	 Hartweizen	 Weizen	 Weizen
Montag, 24.07.	Dienstag, 25.07.	Mittwoch, 26.07.	Donnerstag, 27.07.	Freitag, 28.07.
Dampfnudeln mit Vanillesauce	Rinder Frikadelle/ Veggie-Gemüsebratling dazu Kartoffelsalat	Vegane Tortellini an Tomaten- Basilikumsauce dazu Salat	Indisch Curry mit Ingwer dazu Reis	Fischfilet/ Veggie-Schnitzel paniert dazu Ofenkartoffeln und Zitronendip
 Weizen	 Weizen	 Hartweizen	 Weizen	 Soja/Weizen