

**Speiseplan vom 04.09. bis 29.09.2023 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 56 87 48**  
**DE-ÖKO-007**  
**www.vitalelunchbox.de**

Montag, 04.09.	Dienstag, 05.09.	Mittwoch, 06.09.	Donnerstag, 07.09.	Freitag, 08.09.
Chili sin Carne dazu Rosmarinkartoffeln	Linsencurry mit buntem Gemüse der Saison  dazu Reis	Spaghetti Pomodoro und Salat	Veggie-Schnitzel oder Hähnchenschnitzel  dazu Kartoffelsalat	Karotten- Paprikagulasch mit oder ohne Hackfleisch vom Rind  dazu Spätzle
Montag, 11.09.	Dienstag, 12.09.	Mittwoch, 13.09.	Donnerstag, 14.09.	Freitag, 15.09.
Bio Pfannkuchen mit Zwetschgen-Grütze	Ofenkartoffeln mit Kräuterquark und buntem Salat	Pasta an Tomaten- Basilikumsauce, Salat und Reibekäse	Veggie- Falafelbällchen/ Geflügelbällchen  dazu Tomatenreis und Tzatziki	Hähnchenbrustfilet naturegebraten / Sojabällchen an Thymiansauce  dazu Salzkartoffeln
Montag, 18.09.	Dienstag, 19.09.	Mittwoch, 20.09.	Donnerstag, 21.09.	Freitag, 22.09.
Griechisches Zucchini- Kichererbsen- Ragout  dazu Thymian-Kartoffeln	Rinderfrikadelle/ Veggie- Gemüsebällchen  dazu Kartoffel- Gurkensalat	Penne an Käsesahnesauce  dazu Salat	Tomaten-Basilikum- Süppchen  dazu vollwertiges und Nachtisch	Gemüseragout mit oder ohne Hackfleisch vom Rind  dazu Spätzle
Montag, 25.09.	Dienstag, 26.09.	Mittwoch, 27.09.	Donnerstag, 28.09.	Freitag, 29.09.
Dampfnudeln mit Kartoffelsuppe	Mexiko-Kartoffeln und Zitronendip  dazu Karotten- Maissalat	Vegane Tortellini an Tomaten- Basilikumsauce  dazu Salat	Thai Curry mit Ingwer  dazu Reis	Fischfilet/ Veggie-Schnitzel paniert  dazu Ofenkartoffeln und Zitronendip