

Montag, 28.11.	Dienstag, 29.11.	Mittwoch, 30.11.	Donnerstag, 01.12.	Freitag, 02.12.
Wurzelgemüse Ragout dazu Reis	Hähnchenbrust Filet Paniert dazu Zitronen Kartoffeln Veggies: Veggie Schnitzel	Karotten-Ingwer Suppe dazu Vollwertiges und Nachtsch	Spirelli mit Bunter Gemüsesauce dazu Salat	Ragout mit Rinder Hackfleisch und Wintergemüse dazu Spätzle Veggies: Gemüseragout
	 Soja/Weizen	 Weizen/ Roggen	 Hartweizen	 Weizen
Montag, 05.12.	Dienstag, 06.12.	Mittwoch, 07.12.	Donnerstag, 08.12.	Freitag, 09.12.
Frikassee vom Huhn mit Wurzelgemüse dazu Reis Veggies: Gemüseragout	Gemüsecreme Suppe dazu Vollwertiges und Nachtsch	Pasta Pomodoro dazu Salat	Linzen mit Wurzelgemüse dazu Bio Spätzle	Fischfilet paniert dazu Lauch- Kartoffelblättchen Veggies: Gemüsebratling
	 Weizen/ Dinkel	 Hartweizen	 Weizen	 Weizen
Montag, 12.12.	Dienstag, 13.12.	Mittwoch, 14.12.	Donnerstag, 15.12.	Freitag, 16.12.
Thai - Gemüsecurry dazu Reis	Rinderfrikadelle an Zitronen-Kartoffeln Veggies: Gemüsefrikadelle	Spirelli an Basilikumsauce dazu Salat	Rote Linsensuppe dazu Vollwertiges und Vanille-Pudding	Hähnchenschnitzel natur gebraten an Bratenjus dazu Spätzle Veggies: Veggie Schnitzel
	 Weizen	 Hartweizen	 Dinkel/Roggen	 Weizen/Soja
Montag, 19.12.	Dienstag, 20.12.	Mittwoch, 21.12.	Donnerstag, 22.12.	Freitag, 23.12.
Dampfnudeln mit Kartoffelsuppe	Hähnchen Ragout "indischer Art" dazu Reis Veggies: Veggie Indisch Curry	Penne an Tomaten- Oreganosauce dazu Salat	Kaiserschmarrn mit Apfelmus	Wir wünschen frohe Weihnachten, viel Hoffnung, Frieden und Licht. Ihr Vitale Lunchbox Team
 Weizen		 Hartweizen	 Weizen	
Montag, 26.12.	Dienstag, 27.12.	Mittwoch, 28.12.	Donnerstag, 29.12.	Freitag, 30.12.
				Wir sind ab Montag den 09.01.23 wieder für Sie da.