

biologisch, frisch und regional (DE-ÖKO-009)



Leah Rädisch, Dorfstraße 10, 24864 Goltoft

| Wochentag | Datum | Gericht | Preis | Bestellung |
|------------|------------|---|---------|------------|
| Montag | 01.07.2019 | Nudeln mit Tomatensauce | 7,90 € | |
| Dienstag | 02.07.2019 | Frikadellen mit Kartoffeln und Rahmerbsen | 9,90 € | |
| Mittwoch | 03.07.2019 | Pfannkuchen mit Apfelmus | 6,90 € | |
| Donnerstag | 04.07.2019 | Bechamelkartoffeln mit Lachs gedünstet, dazu Apfel-Möhren-Salat | 12,90 € | |
| Freitag | 05.07.2019 | Sojageschnetzeltes mit Naturreis | 8,90 € | |
| Montag | 08.07.2019 | Kartoffelecken mit Kräuterquark und einem frischen Salat mit Joghurt-Zitronen-Dressing | 8,90 € | |
| Dienstag | 09.07.2019 | Spinat-Canelloni mit einer Käsesauce, gratiniert | 8,90 € | |
| Mittwoch | 10.07.2019 | Hühnerfrikassee mit Naturreis | 9,90 € | |
| Donnerstag | 11.07.2019 | Spargelsuppe "Querbeet" mit Pane Rustic | 8,90 € | |
| Freitag | 12.07.2019 | Curry-Reissalat mit Kabeljau-Curry-Bällchen | 12,90 € | |
| Montag | 15.07.2019 | Mediterrane Gemüsetaschen "vegetarisch" & einem frischen Bauernsalat mit Feta und mediterranem Gemüse, dazu Tomaten-Salsa | 9,90 € | |
| Dienstag | 16.07.2019 | Curry-Gemüse-Pfanne mit Naturreis | 8,90 € | |
| Mittwoch | 17.07.2019 | Lachs-Lasagne mit Spinat und Zwiebeln | 9,90 € | |
| Donnerstag | 18.07.2019 | Linsen-Frikadellen dazu einen Balsamico-Kartoffelsalat mit Radischen, Frühlingszwiebeln und Äpfeln "vegetarisch" | 9,90 € | |
| Freitag | 19.07.2019 | Rahm-Champignon-Zwiebel-Pfanne mit Schnitzel | 12,90 € | |
| Montag | 22.07.2019 | Bratwurst mit Rahmsauerkraut und Semmelknödel | 9,90 € | |
| Dienstag | 23.07.2019 | Kichererbsen-Erdnuss-Curry mit Naturreis | 8,90 € | |
| Mittwoch | 24.07.2019 | Lachs, gebraten mit Rote-Beete-Apfel-Merretich-Frischkäse-Creme, dazu Ofenkartoffeln | 12,90 € | |
| Donnerstag | 25.07.2019 | Zwiebelküchlein, dazu Feldsalat mit Parmesan, Tomaten und Pinienkernen | 8,90 € | |
| Freitag | 26.07.2019 | Kartoffelsalat mit Kräuter-Frikadellen/Grünkernfrikadelle | 8,90 € | |
| Montag | 29.07.2019 | Couscoussalat mit Minze-Joghurt-Dip und Falafelbällchen | 8,90 € | |
| Dienstag | 30.07.2019 | Möhren-Speck-Quiche mit frischem Salat und Joghurt-Zitronen-Dressing | 7,90 € | |
| Mittwoch | 31.07.2019 | Wildbratwurst, dazu Kartoffelbrei und Apfel-Zwiebel-Gemüse | 12,90 € | |

Anmeldung bitte für den ganzen Monat unter 01 75/20 43 83 6!