

KW28	Gericht 1	Gericht 2	Vitalkost (Mo-Fr)	Salat	Dessert
Mo 07.07.	Boulette mit Letschogemüse und Salzkartoffeln ^{1,3,10} 7,90 €	Wurstgulasch mit Nudeln ¹ 6,90 €	Grüne Erbsensuppe mit gerösteten Buchweizenwürfeln 6,90 € zucker- & glutenfrei* vegan	Möhrensalat mit gemahlenden Erdmandeln ¹⁷ 1,90 € zucker- & glutenfrei*	Bananenjoghurt mit Schokokrispies ⁷ 1,90 €
Di 08.07.	Schwarzbiertulasch mit Salzkartoffeln und Gewürzgurke ^{1,12,17,20} 7,90 €	Spinat-Ricotta-Lasagne ^{1,7} 7,40 €	Putenschnitzel mit Kokospanade, Paprika-Möhrengemüse und Selleriepüree ^{3,9} 7,90 € zucker- & glutenfrei*	Grüner Blattsalat mit Tomaten und Gurken dazu Honig-Senf-Dressing ¹⁰ 1,90 € zucker- & glutenfrei*	Schokoladenpudding mit Vanillesoße ^{7,19} 1,90 €
Mi 09.07.	Panierter Leberkäse mit Kohlrabi-Möhrengemüse und Salzkartoffeln ^{1,3,7,16} 7,90 €	Currywurst mit Kartoffelecken ^{1,9,10} 7,40 €	Hausgemachte Rote-Bete-Boulette mit Brokkoli-Spargel und Vollkornreis pasta ⁶ 7,90 € zucker- & glutenfrei* vegan	Weißkrautsalat ¹⁷ 1,90 € zucker- & glutenfrei*	Rhabarberquark ⁷ 1,90 €
Do 10.07.	Cordon bleu mit Spargelragout und Herzoginkartoffeln ^{1,3,7} 8,90 €	2 süß-saure Eier mit Salzkartoffeln ^{1,3,7,12} 6,90 €	Rote-Linsen-Curry mit Tomaten und Quinoa mit Frühlingszwiebeln ⁶ 7,40 € zucker- & glutenfrei* vegan	Rote-Bete-Salat ¹⁷ 1,90 € zucker- & glutenfrei*	Himbeerjoghurt ⁷ 1,90 €
Fr 11.07.	Fleischhaschee mit Wurzelgemüse und Salzkartoffeln ^{1,12,17} 7,90 €	4 Kartoffelpuffer mit Apfelmus ^{1,17} 6,90 €	Hausgemachte Seelachshirsebällchen in Dillsauce mit Salzkartoffeln ^{4,7} 7,90 € zucker- & glutenfrei*	Gurkensalat mit Hanfsamen ¹⁷ 1,90 € zucker- & glutenfrei*	Schwarzwälder-Kirschquark ^{7,19} 1,90 €
Sa 12.07.	Brathering mit Zwiebeln, Stampfkartoffeln und Gurkensalat ^{4,7,16,17} 7,90 €	Hausgemachter Erbseneintopf mit Lungwurst ^{9,10,17,18} 6,90 €	Cremiger Lauch-Ananas-Käse-Salat ⁷ 5,90 €		Vanillejoghurt mit Granola ^{1,7} 1,90 €
So 13.07.	Kasslerbraten mit Soße, Ananassauerkraut und Salzkartoffeln ^{1,7,10,17} 7,90 €	Gyros mit Tzatziki und Tomatenreis ^{7,12,17} 7,90 €	Großer Tomatensalat mit Zwiebeln und hausgebackenem Brot ¹⁷ 4,90 €		Bayerisch-Creme mit Erdbeeren ^{7,19} 1,90 €

**Unsere La Mamas kochen am 10.07.2025:
Hühnerfrikassee mit Reis oder Kartoffeln, Dessert 7,90€**

***Frei von raffiniertem Haushaltszucker. Kann Spuren von Gluten enthalten.**

ALLERGENE: (1) Glutenhaltiges Getreide, z. B. Weizen, Dinkel, Roggen, Gerste, Hafer & daraus gewonnene Erzeugnisse, (2) Krebstiere & daraus gewonnene Erzeugnisse, (3) Eier & daraus gewonnene Erzeugnisse, (4) Fische & daraus gewonnene Erzeugnisse, (5) Erdnüsse & daraus gewonnene Erzeugnisse, (6) Sojabohnen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (7) Milch & daraus gewonnene Erzeugnisse, (8) Schalenfrüchte, z. B. Mandeln, Haselnüsse, Walnüsse, Pecannüsse & daraus gewonnene Erzeugnisse, (9) Sellerie & daraus gewonnene Erzeugnisse, (10) Senf & daraus gewonnene Erzeugnisse, (11) Sesamsamen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (12) Schwefeldioxid & Sulfite in Konzentrationen von mehr als 10mg/kg oder 10mg/l als insgesamt vorhandenes Schwefeldioxid, (13) Lupinen & daraus gewonnene Erzeugnisse, (14) Weichtiere & daraus gewonnene Erzeugnisse, (15) Farbstoffe, (16) Konservierungsmittel, (17) Süßungsmittel & Säuerungsmittel, (18) Zusatzstoffe E, (19) Verdickungsmittel. (20) enthält Alkohol