

Essenplan 11.03.- 15.03.

Montag: Kartoffel-Gemüse Auflauf  
Kartoffeln, Käse, Gemüse, Sahne, Gewürze

Dienstag: Chili sin Carne  
Tomaten, Soja Geschnetzeltes, Kidneybohnen, Mais, Möhren, Lauch, Gewürze, Reis  
Vegan

Mittwoch: Grünkern Risotto mit Lauch und Käse  
Grünkern, Lauch, Zwiebeln, Käse, Creme Fraiche, Gewürze

Donnerstag: Rote Linse-Rote Beete-Kokos Suppe  
Möhren, Linsen, Beete, Kokos, Zwiebeln, Chili, Gewürze  
Vegan

Freitag: Shepards Pie  
Grüne Erbsen, Karoffeln, Blätterteig, Mören