



## Der Genuss Bote

### Speiseplan vom 29.04. bis 03.05.2024

Datum	<b>Essen A 5,00</b> (1/2 Portion 2,60) Diese Gerichte sind alle vegetarisch	<b>Essen B 6,20</b> (1/2Portion 3,40)	<b>Essen C 7,50</b> (1/2Portion 3,90)	<b>Suppe</b>
Montag	H <b>Gemüse – Schupfnudel Pfanne mit Tomaten Pesto, Rucola und Käse</b>	H <b>Chili con Carne Schmand und Reis</b> (A,C,G)	<b>Asiatisches Backfischfilet auf Gemüse mit Jasmin Reis</b> (A,C,G)	<b>Tofu Gemüse Eintopf</b>
Dienstag	H <b>Tortellini mit Spinat – Spargel – Rahm Gemüse</b> (A,G,J)	H <b>Königsberger Klopse mit Rote Bete Salat und Kartoffeln</b> (A,G)	<b>Chicken Burger mit Spitzkohl, leichte Wasabi creme und Wedges</b> (A,C,G,K)	<b>Gulaschsuppe</b> (A,I)
Mittwoch	<b><u>Tag der Arbeit</u></b>	<b><u>Tag der Arbeit</u></b>	<b><u>Tag der Arbeit</u></b>	
Donnerstag	H <b>Pancake´s mit Früchtequark und Ahornsirup</b> (A,C,G)	H <b>Leber in Apfel – Zwiebelsauce mit Kartoffelpüree</b> (A,G)	<b>Hähnchen Schnitzel „Wiener Art“ mit Erbsen – Karotten Gemüse und Pommes Frites</b> (A,C,G)	<b>Kartoffelsuppe</b> (A,G,I)
Freitag	H <b>Zucchini mit Risotto Füllung, Tomatensauce und Blattsalat</b> (A,G)	H <b>Hähnchen Curry mit Kokosmilch und Reis</b>	<b>Schollenfilet mit Kartoffel – Gurken Salat und Remouladensauce</b> (A,C,G)	<b>Soljanka mit Schmand</b> (A,G)

**Alle Speisen auch zum Mitnehmen! / Änderungen vorbehalten! / „H“ halbe Portion / „W“ Wertvoll = Gerichte sind Proteinreich, wenig Fett, viel Gemüse**