

# MENÜPLAN

## Erwachsene



Essen wie zu Hause

KW 4 25.1. - 29.1.2021

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Suppe	Klare Gemüsesuppe (L) mit Eibrotwürfel (A/C)	Topfen-Creme (G)	Klare Hühnersuppe (L) mit Kräuterspätzle (A/C/G)	Karottencremesuppe (G/L/O)	Klare Rindssuppe (L) mit Backerbsen (A/C/G)
Fleisch	Gyrosplatte (Huhn) mit mediterranem Gemüse (O), Reis (-) und Tzatziki (G)	Hackbraten (Rind) (A/C/G/L/M/O) mit Kartoffelpüree (G) und Gemüse (G)	Spaghetti (A/C) mit Bolognese-Sauce (G/L), Parmesan (G) und Salat	Gebackenes Fischfilet (A/C/D) mit Sauce Tartar (C/G/M/O) und Gemüseris (-)	Hähnchen süß-sauer mit Wokgemüse (A/F) mit Basmatireis (-)
Vegetarisch	Kartoffel-Zucchini- Gratin (G) mit Dip (G) und Salat	Pilzragout mit Kräutern (G/L/O) mit Serviettenknödel (A/C/G) und Salat	Mildes Karfiol-Curry (L) und Mandel-Reis (H)	Kürbis- Strudel (A/C/G) mit Kartoffel (G)) Sauerrahmdip (G) und Salat	Hausgemachter Kaiserschmarren (A/C/G) mit Apfel-Birnenmus (-)
Kalt	Quinoa-Reissalat an Tahin-Dressing mit Tomaten und eingelegten Zwiebeln (A/N/O)  Vegetarisch	Blattsalate der Saison mit Hähnchenstreifen, Orangenfilets (A/G/H) und fruchtigem Dressing (M/O)	Dinkelsalat mit geschmortem Saisonsgemüse und Tofu (A/F/L/O)  Vegan	Rindfleischsalat mit Penne und Käferbohnen (A/C/M/O)	Knödel-Bohnensalat (A/C/G) mit Kernölmarinade (L)  Vegetarisch

Allergene Stoffe: A Gluten, B Krebstiere, C Ei, D Fisch, E Erdnuss, F Soja, G Milch, H Nüsse, L Sellerie, M Senf, N Sesam, O Sulfite, P Lupinen, R Weichtiere

Die Auszeichnung der Allergene bezieht sich nicht auf den Salat.

mama-bringt's wünscht guten Appetit!

mama-bringt's | Obere Lend 26 | 6060 Hall in Tirol | Tel. +43 (0) 5223 42239 |  
www.mama-bringts.at | kueche.tirol@mama-bringts.at