

Grüne HELENE

vegetarisch – vegane
Tagesgerichte und Suppen
(vegan = 🍃)

Speiseplan 09.10. bis 13.10.2017



Mittwoch

Quinoasüppchen
mit Erdnussbutter 🍃

Kohlrabischnitzel auf
lauwarmem Kartoffelstampf
🍃

Montag



Thaicurrysüppchen
mit Süßkartoffeln 🍃

Gefüllte Paprika auf
Petersilienkartoffelstampf
und Krautsalat
🍃

Donnerstag

Wärmende Dashi- 🍃
Gemüsesuppe mit Maniok

Champignon-Bulgurpfanne
mit hausgemachtem Letscho
🍃

Dienstag



Senfeiersuppe
mit Röstkartoffeln

Rosenkohl aus dem Ofen
mit Kürbis
🍃

Freitag



Pikantes Kartoffel-
Selleriesüppchen 🍃

Blumenkohl in Kräuterrahm,
dazu Dinkel-Brokkoli
mit Birne 🍃

