

KW 02	Tagessuppe + Hauptspeise		Zusatzmenü
Montag 11.01.21	Kürbiscremesuppe GL	Bröselnudeln Apfelmus GL,EI,SJ,MI	Rinderbraten im Uhudlersaft hausgemachte Kartoffeltaler Fisolensalat GL,SL,SO
Dienstag 12.01.21	Rindsuppe mit Nudeln GL,EI,SJ,SL	Hühnerschnitzel in Sesampanade Erbsencouscous Karottensalat GL,EI,SJ,MI,SE	
Mittwoch 13.01.21	Klare Gemüsesuppe Kräutertropfteig GL,EI,SL	Dinkelpizza (Schinken, Mais, Tomate, Käse) Chinakohlsalat S GL,MI	Käsespätzle Chinakohlsalat GL,MI
Donnerstag 14.01.21	Legierte Grießsuppe GL,EI,SJ,SL	Vollkornspaghetti Bolognese grüner Salat S GL,EI,SJ,SL	
Freitag 15.01.21	Klare Gemüsesuppe Sechskornockerl GL,SJ,SC,SL,SE	Scholle gebacken Reis Buttergemüse GL,EI,SJ,MI	

„MAMAS WOCHENENDMENÜ“ (EUR 7,90) (Menü wird am Freitag in einer für die Mikrowelle geeigneten Box kalt angeliefert)	Rippel gebraten Kohl Gemüse, Salzkartoffeln Dessert S GL,MI,SJ,SL,EI	Portion/en
---	--	------------

S=enthält Teile vom Schwein **V**=vegetarisch **A**=enthält Alkohol **GL**=Gluten, **KR**=Krebstiere, **EI**=Ei, **FI**=Fisch, **ER**=Erdnuss, **SJ**=Soja, **MI**=Milch, **SC**=Nüsse, **SL**=Sellerie, **SF**=Senf, **SE**=Sesam, **SO**=Sulphite, **LU**=Lupinen, **WE**=Weichtiere, **PH**=Aspartam enthält eine Phenylalaninquelle, **MA**=mehrw. Alkohole >10% kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken (Kleinbuchstaben für Spuren)

Wochenbestellung:

Name: _____

Wochentag	Tagessuppe + Hauptspeise	Zusatzmenü
Montag		
Dienstag		
Mittwoch		
Donnerstag		
Freitag		

Der **Bio-Anteil** in unserem Speiseplan beträgt **25%**.
 In Bio-Qualität liefern wir: **Milchprodukte
Gemüse (Kartoffeln, Karotten, Sellerie,
Zucchini, Zwiebel, Knoblauch)
Obst (Äpfel und Birnen) und Teigwaren**

MAMAS KÜCHE
 7400 Oberwart, Prinz-Eugen-Straße 7
 Tel. 03352/ 35 145 Fax: DW 45
mamas.kueche@volkshilfe-bgld.at
www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche

KW 3	Tagessuppe + Hauptspeise		Zusatzmenü	Dessert EUR 1,30
Montag 18.01.2021	Klare Gemüsesuppe Profiteroles GL,EI,SL	Geschnetzeltes vom Schwein Serviettenknödel roter Rübensalat S GL,EI,SJ,MI,SL,SF		Birne Helene MI
Dienstag 19.01.2021	Kräutercremesuppe GL	Quinoa Laibchen Dschungelgemüse Dip MI,GL,EI	Esterhazy Rinderbraten Hörnchen Fisolensalat GL,EI,SL,SF	Becherkuchen MI,GL,EI,SC,SE
Mittwoch 20.01.2021	Klare Gemüsesuppe Bröselknödel GL,EI,SJ,MI,SL	Grenadiermarsch Eisberg- Radieschensalat S GL,EI		Esterhazyschnitte MI,GL,EI,SC,SE,SJ
Donnerstag 21.01.2021	Karotten-Apfel-Suppe GL	Schönbrunner Reisaufauf Pflirsichkompott EI,SJ,MI	Schweinsroulade (mit Speck und Gervaisfüllung) Kroketten Tomatensalat S GL,SJ,MI,SL,SF	Weißer-Traum- Schnitte MI,GL,EI,SC
Freitag 22.01.2021	Tomatencremesuppe mit Kichererbsen GL	Gemüseschnitzel Potato Wedges Vitalsalat GL,EI,SJ,MI		Somlauer Nockerl MI,GL,EI,SC,SE,SJ

„MAMAS WOCHENENDMENÜ“ (EUR 7,90) (Menü wird am Freitag in einer für die Mikrowelle geeigneten Box kalt angeliefert)	Majoranfleisch mit Reis Dessert S GL, SJ,MI,SL	Portion/en
--	--	------------

S=enthält Teile vom Schwein M=vegetarisch A=enthält Alkohol GL=Gluten, KR=Krebstiere, EI=Ei, FI=Fisch, ER=Erdnuss, SJ=Soja, MI=Milch, SC=Nüsse, SL=Sellerie, SF=Senf, SE=Sesam, SO=Sulphite, LU=Lupinen, WE=Weichtiere, PH=Aspartam enthält eine Phenylalaninquelle, MA=mehrw. Alkohole >10% kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken (Kleinbuchstaben für Spuren)

Wochenbestellung:

Name: _____

Wochentag	Tagessuppe + Hauptspeise	Zusatzmenü	Dessert
Montag			
Dienstag			
Mittwoch			
Donnerstag			
Freitag			

Der **Bio-Anteil** in unserem Speiseplan beträgt **25%**.
In Bio-Qualität liefern wir: **Milchprodukte**
Gemüse (Kartoffeln, Karotten, Sellerie, Zucchini, Zwiebel, Knoblauch)
Obst (Äpfel und Birnen) und Teigwaren

MAMAS KÜCHE
7400 Oberwart, Prinz-Eugen-Straße 7
Tel. 03352/ 35 145 Fax: DW 45
mamas.kueche@volkshilfe-bgld.at
www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche

Änderungen vorbehalten!