

heim und herd

vegetarian lunch

we follow our passion



dr. karl-renner-gasse 10/1 - 8160 weiz - 06805523464 - heimundherd.at@gmail.com - www.heimundherd.at

Mittagsmenü 3.5.-7.5. (KW18)

M o n t a g

Kräuter-Reissuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Würzige Gemüse-Nudelpfanne „Lo Mein“ mit Sprossen, Champignons,
Karotten & Sesam-Spinat (laktosefrei & vegan)
Joghurt mit Orangen-Mangosauce (glutenfrei)

D i e n s t a g

Kräuter-Haferflockensuppe (laktosefrei, vegan)
Pikanter Berliner Flammkuchen mit Mais, Paprika & Tomate
Zitronenjoghurt mit Mandariniensauce (glutenfrei)

M i t t w o c h

Couscous-Gemüsesuppe (laktosefrei, vegan)
Dhal (nepalesisches Linsengericht), wahlweise mit Vollkorn- oder
Basmatireis, dazu Gemüse-Gurkenraitha
(laktosefrei & vegan möglich, glutenfrei)
Joghurt mit Marillensauce & süßen Gewürzbröseln (glutenfrei möglich)

D o n n e r s t a g

Kräuter-Einkornreissuppe (laktosefrei, vegan)
Mit Mozzarella und Tomate überbackenes Gemüsegratin mit
Kartoffeln, Karotten, Champignons, Zucchini, Dille & Zitrone,
dazu Kräutercouscous
Joghurt mit Himbeersauce (glutenfrei)

F r e i t a g

Frühlingsgemüsesuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Herzhafte Pasta „Ratatouille“ aus dem Ofen mit Tomate, Zucchini,
Melanzani, Karotte & Sellerie, dazu Oregano & frisch
geriebener Parmesan (laktosefrei & vegan möglich)
Stracciatellajoghurt mit Kirschen (glutenfrei)

Statt Suppe oder Dessert kann auch ein Blattsalat gewählt werden.