

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 17.1.-21.1. (KW3)

M o n t a g

Dinkelreissuppe (laktosefrei, vegan)
Thailändische Gemüse-Nudelpfanne mit Frühlingszwiebel, „crunchy“
Erdnüssen & Limette (laktosefrei & vegan)
Joghurt mit Ingwer-Beerensauce (glutenfrei)

D i e n s t a g

Kräuter-Gemüse-Couscoussuppe (laktosefrei, vegan)
Cannelloni gefüllt mit mediterranem Gemüse & Mozzarella auf
Tomaten-Karottensauce
Joghurt mit Marillensauce & süßen Gewürzbröseln (glutenfrei möglich)

M i t t w o c h

Hirsesuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Buntes Kokos-Wok-Gemüse mit Karotten, Frühlingszwiebel, Zucchini,
Paprika, Brokkoli, grünen Bohnen, Basmatireis & „crunchy“
Erdnüssen (glutenfrei, laktosefrei & vegan)
Zitronenjoghurt mit Mangosauce (glutenfrei)

D o n n e r s t a g

7-Korn-Flockensuppe (laktosefrei, vegan)
Gebratene Sesam-Polentaschnitten auf mildem Gemüsechili
(glutenfrei, laktosefrei & vegan)
Joghurt mit exotischen Früchten (glutenfrei)

F r e i t a g

Kartoffel-Kohlrabisuppe mit Kräutern
(glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Chinese Fried Rice mit Zucchini, Karotten & Paprika, wahlweise mit
oder ohne frittiertem Ei, dazu Ingwer-Mango-Gurkensticks in
Sesam-Marinade
(glutenfrei & vegan möglich, laktosefrei)
Joghurt mit Cranberrysauce (glutenfrei)

Statt Suppe oder Dessert kann auch ein Blattsalat gewählt werden.