

Speiseplan vom 06.03 bis 31.03.2023 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 56 87 48
 DE-ÖKO-007
 www.vitalelunchbox.de

Montag, 06.03.	Dienstag, 07.03.	Mittwoch, 08.03.	Donnerstag, 09.03.	Freitag, 10.03.
Hühnerfrikassee mit Wurzelgemüse dazu Reis Veggies: Gemüseragout	Linsen mit Saisongemüse dazu Spätzle	Ofenkartoffeln, Frühlingsquark und Salat	Tomatensuppe mit feiner Nudleinlage dazu Vollwertiges und Milchreis mit Zimt und Zucker separat	Fleischnugeln vom Rind, Salzkartoffeln und Kräuterdip Veggies: Gemüsefrikadelle
 Weizen	 Weizen	 Weizen	 Roggen/Hartweizen	 Weizen
Montag, 13.03.	Dienstag, 14.03.	Mittwoch, 15.03.	Donnerstag, 16.03.	Freitag, 17.03.
Hähnchenbrustfilet an Thymianjus dazu Spätzle Veggies: Vegane Schnitzel	Kartoffel- Karotteneintopf dazu Vollwertiges und Orangen-Quark	Vegane Tortellini an Gemüse- Tomatensauce dazu Salat	Rindfleischbällchen dazu Ofenkartoffeln und haus- gemachtes Ketchup Veggies: Gemüsebällchen	Kaiserschmarrn dazu Apfelmus
 Weizen	 Weizen/ Dinkel	 Hartweizen	 Weizen	 Weizen
Montag, 20.03.	Dienstag, 21.03.	Mittwoch, 22.03.	Donnerstag, 23.03.	Freitag, 24.03.
Dampfnudeln dazu Kartoffel- Schalottensuppe	Indisch Curry mit roten Linsen und Gemüse der Saison dazu Reis	Spaghetti "bella Italia" dazu Reibekäse und Frühlingsalat	Rindfleischragout mit Karotten und Sellerie dazu Spätzle Veggies: Gemüseragout	Fischfilet paniert dazu Wirsing- Kartoffeltopf mit Zitrone verfeinert Veggies: Gemüsepudding
 Weizen	 Weizen	 Hartweizen	 Weizen	 Weizen
Montag, 27.03.	Dienstag, 28.03.	Mittwoch, 29.03.	Donnerstag, 30.03.	Freitag, 31.03.
Bio Pfannkuchen dazu Hähnchen- Champignons Delice Veggies: Pilzragout	Vegi-Bällchen, Risi e bisi und Schnittlauchdip	Spirelli an Tomaten- Oreganosauce dazu Salat	Frikadelle vom Rind dazu Thymiankartoffeln Veggies: Quinoa-Taler	Zuckererbsen- Kartoffel Suppe dazu Vollwertiges und Schokopudding
 Weizen	 Soja	 Hartweizen	 Dinkel/Weizen	 Roggen/Weizen