


**Speiseplan vom 08.01. bis 02.02.2024 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 56 87 48**  
**DE-ÖKO-007**  
**www.vitalelunchbox.de**

Montag, 08.01.	Dienstag, 09.01.	Mittwoch, 10.01.	Donnerstag, 11.01.	Freitag, 12.01.
<p><b>Veggie-Ragout "Gulasch Art"</b> dazu Spätzle</p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Kaiserschmarrn mit Apfelmus</b></p>  <p>Weize</p>	<p><b>Spaghetti an Bolognese vom Rind/ Veggie-Bolognese, Reibekäse und Salat</b></p>  <p>Hartweizen</p>	<p><b>Kartoffel-Sellerie-Süppchen</b> dazu Milcheis und Vollwertiges</p>  <p>Dinkel/Roggen</p>	<p><b>Fischstäbchen / Gemüsebällchen an Ofenkartoffeln und Dip</b></p>  <p>Weizen</p>
Montag, 15.01.	Dienstag, 16.01.	Mittwoch, 17.01.	Donnerstag, 18.01.	Freitag, 19.01.
<p><b>Bio Pfannkuchen und Wurzelgemüse an Zitronen-Buttersauce</b></p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Frikadelle vom Rind/ Gemüsefrikadelle an Rahmkartoffeln</b></p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Penne Pomodoro, Reibekäse und Salat</b></p>  <p>Hartweizen</p>	<p><b>Gemüseragout/ Hähnchenragout mit Champignons und Saisongemüse</b> dazu Langkornreis</p>  <p>Dinkel/Weizen</p>	<p><b>Gemüsecremesuppe</b> dazu Vollwertiges und Orangenquark mit Zimt-Karamel-Topping</p>  <p>Dinkel/Weizen</p>
Montag, 22.01.	Dienstag, 23.01.	Mittwoch, 24.01.	Donnerstag, 25.01.	Freitag, 26.01.
<p><b>Dampfnudeln mit Kartoffelsuppe</b></p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Indisch Curry mit oder ohne Hähnchenbrust</b> dazu Reis</p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Veggie-Tortellini an Tomaten-Gemüse-Sauce</b> dazu Salat</p>  <p>Hartweizen/Pinienkerne</p>	<p><b>Veggie-Schnitzel paniert</b> dazu Rosmarinkartoffeln und Tomatensalsa</p>  <p>Weizen/Soja</p>	<p><b>Linzen und Spätzle mit Wurzelgemüse der Saison</b></p>  <p>Weizen</p>
Montag, 29.01.	Dienstag, 30.01.	Mittwoch, 31.01.	Donnerstag, 01.02.	Freitag, 02.02.
<p><b>Chili sin/ con Carne</b> dazu Ofenkartoffeln</p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Karotten-Ingwer-Suppe</b> dazu Vollwertiges und Schokopudding</p>  <p>Dinkel/Weizen</p>	<p><b>Pasta an Käsesahnesauce</b> dazu winterlicher Salat</p>  <p>Hartweizen</p>	<p><b>Reispfanne mit buntem Gemüse der Saison</b> dazu Sahnesauce</p>  <p>Weizen</p>	<p><b>Fischfilet paniert/ vegane Sojabällchen</b> dazu Zitronenkartoffeln</p>  <p>Soja</p>