



Menü Woche 28 - 07/07 - 13/07

GF / HF

Fixes Menü 1

Cross Over Pfirsich Basilikum Cottage Dip & Leinsamen-Joghurt Brot (G)

Hühnerragout mit Cashew Granatapfel Sauce & Goldhirse (TK)

Fix Menü 2

Skyr Cheesecake mit Heidelbeeren (TK)

Geeiste Zoodles mit Kokos Basilikum Sauce

Wahlmenüs:

Salat 1: Kalte cremige Rote Rüben Suppe (TK) (G)

Salat 2 / Vorspeise: Fitness Rucola Salat mit Granatapfelkernen

Hauptspeise 1: Buchweizen Putenbällchen auf Röstgemüse (TK) (C, F)

Hauptspeise 2: Gebackene scharfe Hühnerkeulen mit Brokkoli Reis (TK)

Statt Suppe / Salat:

Frühstück: Vanilla Chia Overnight Oats (G,H)

Dessert: Mango Cheesecake (TK) (G)