

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 24.6.-28.6. (KW26)

M o n t a g

Leichte Karotten-Rollgerstensuppe (laktosefrei, vegan)
Gemüse-Nudelpfanne „Pad Thai“ mit Karotte, Frühlingszwiebel,
Limette & „crunchy Erdnüssen“ (laktosefrei & vegan)
Joghurt mit Guavensauce (glutenfrei)

D i e n s t a g

Kräuter-Reissuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
Vollkorn-Dinkel-Gemüsetarte mit gegrillten Zucchini, Tomate &
Hirtenkäse (laktosefrei & vegan)
Joghurt mit Johannisbeer-Granatapfelsauce (glutenfrei)

M i t t w o c h

Kräuter-Buchweizensuppe (glutenfrei, laktosefrei, vegan)
„Chinese Fried Rice“ mit Karotten, Zucchini & Paprika,
wahlweise mit oder ohne frittiertem Ei,
dazu süß-saure Karotten-Gurkensticks in Sesam-Marinade
(vegan möglich, laktosefrei)
Joghurt mit Pfirsichsauce (glutenfrei)

D o n n e r s t a g

Couscous-Gemüsesuppe (laktosefrei, vegan)
Spaghetti „Ratatouille“ mit Karotte, Zucchini, Melanzani, frisch
geriebenem Parmesan & Sommerkräutern aus dem Garten
(laktosefrei & vegan möglich)
Joghurt mit Orangensauce (glutenfrei)

F r e i t a g

Hirse-Gemüsesuppe (laktosefrei, vegan)
Gebratene Sesam-Polentaschnitten auf mildem Sommergemüsechili
(glutenfrei, laktosefrei & vegan)
Joghurt mit exotischem Obst & Kokosblütensirup (glutenfrei)

Statt Suppe oder Dessert kann auch ein Blattsalat gewählt werden.