

Montag	× Ruccola-Walnuss-Bulgur Pfanne	€ 7,5
	vegan, reich an Vitamin B & Eiweiß	
	× Fenchel-Kale Curry	€ 6,5
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen und Beta-Carotin	
	× Ingwer-Kürbis Suppe	€ 4,5
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Magnesium	
Dienstag	× Ruccola-Walnuss-Bulgur Pfanne	€ 7,5
	vegan, reich an Vitamin B & Eiweiß	
	× Erdnuss-Chicken Curry	€ 7,0
	glutenfrei/laktosefrei, reich an Vitamin C5	
	× Kichererbsen-Karotten Suppe	€ 4,5
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Kalium und Phosphor	
Mittwoch	Doctor's Dish of the Week, von unserem Freund Dr. Christian Matthai für euch zusammengestellt:	
	× Berglinsen-Schmorkürbis-Kürbiskern Pfanne	€ 7,5
	vegan/glutenfrei, hoher Vitamin B-Gehalt & Magnesium	
	× Cashew-Melanzani Curry mit Bio-Naturreis	€ 7,5
	vegan/glutenfrei, gute Quelle für Eisen und Zink	
	× Quinoa-Spinat Chili sin Carne	€ 6,5
	vegan/glutenfrei, reich an Eiweiß & Aminosäuren	
Donnerstag	× Bolognese Beef Vollkornlasagne	€ 7,2
	mit Bio-Rind, enthält Kalium und Eiweiß	
	× Mango-Lime Gemüse Curry	€ 6,5
	vegan/glutenfrei, reich an Vitamin A	
	× Sellerie-Apfel Suppe	€ 4,5
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen	
Freitag	× Rote Linsen-Feta Vollkornlasagne	€ 7,2
	vegetarisch, enthält Kalium und Vitamin A-C	
	× Hokkaido-Beef Curry	€ 7,5
	glutenfrei/laktosefrei, mit Bio-Rind, gute Quelle für Eiweiß und Zink	
	× Ginger Linsen Dal	€ 5,5
	vegan/glutenfrei, reich an Ballaststoffen und Eiweiß	