



Speiseplan von 01.12.2015 bis 31.12.2015 Vitale LunchboxGmbH 0721 91 53 85 15

www.vitalelunchbox.de
h_fayazpour@yahoo.de

Vitale
LUNCHBOX

Wohlschmeckendes und vitales Essen
für Karlsruher Kinder & Jugendliche

	MONTAG 30.11.	DIENSTAG 01.12.	MITTWOCH 02.12.	DONNERSTAG 03.12.	FREITAG 04.12.
Hauptgerichte	Vegi-Tortellini an Tomatensauce dazu Reibekäse und Salat	Griesbrei dazu Fruchtkompott, Zimt und Zucker	Hähnchen-schnitzel, paniert dazu Weddges-Kartoffeln und Salat	Kartoffel-Lauchsuppe dazu Vollwertiges und Nachtisch	Backfisch aus nachhaltiger Züchtung dazu Kartoffelsalat und Dip
	obst	obst	obst		obst
Hauptgerichte	Serviettenknödel mit Champignonsragout und Rohkost-Salat	Flieschküchlein vom Rind aus artgerechter Tierhaltung mit Stampf-Kartoffeln und Apfel-Rotkraut	Spaghetti pomodoro dazu Salat	Asia-Reispfanne mit buntem Gemüse und Cocoscurrysausa dazu Sprossen	Linsen-Kartoffeleintopf mit Wienerle v.Geflügel und Nachtisch
	obst	obst	Nachtisch	obst	
Hauptgerichte	Dinkel-pfannkuchen mit Rahmblumenkohl	Kürbiscreme-suppe mit Vollwertigem und Schokopudding	Gulasch v. Rind aus artgerechter Tierhaltung dazu Spätzle und Salat	Donnerstag ist Vegi-Tag!! Vegi-Curryworscht dazu Baguette und Salat	Fischstäbchen aus nachhaltiger Züchtung dazu Rahmblättchen
	obst		obst	Nachtisch	obst
Hauptgerichte	Reibekuchen dazu Apfelmus	Pasta Bolognese dazu Salat	Wir wünschen Ihnen ein frohes Fest und	einen guten Rutsch und freuen uns auf Sie im neuen Jahr	
	obst	obst			
Hauptgerichte					