



# MITTAGSMENÜPLAN

## 20.06. – 24.06.2022

Änderungen vorbehalten

# MAMAS KÜCHE

bewusst regional genießen

In Kooperation und mit  
finanzieller Unterstützung des



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Erbsensuppe	Alt Wiener Suppentopf GL,EI,SJ,SL	Klare Gemüsesuppe Bröselknödel GL,EI,SJ,MI,SL	Zucchinicremesuppe GL	Klare Gemüsesuppe Frittaten GL,EI,MI,SL
Saftschnitzel Hawaii Gemüsecouscous Eisbergsalat mit Tomaten <b>S</b> GL,MI	Cremespinat Röstkartoffeln GL, MI	Apfelstrudel Vanillesauce GL,EI,SJ,MI	Fischstäbchen Reis Buttergemüse GL,EI,SJ,MI	Lasagne Grüner Salat <b>S</b> GL,EI,SJ,MI,SL

**S**=enthält Teile vom Schwein **V**=vegetarisch **A**=enthält Alkohol GL=Gluten, KR=Krebstiere, EI=Ei, FI=Fisch, ER=Erdnuss, SJ=Soja, MI=Milch, SC=Nüsse, SL=Sellerie, SF=Senf, SE=Sesam, SO=Sulfite, LU=Lupinen, WE=Weichtiere, PH=Aspartam enthält eine Phenylalaninquelle, MA=mehrw. Alkohole >10% kann bei übermäßigen Verzehr abführend wirken (Kleinbuchstaben für Spuren)



Wir sind **BIO-ZERTIFIZIERT!**  
Der Bio-Anteil beträgt mindestens **50%!**



## MAMAS KÜCHE

Prinz Eugen Straße 7  
7400 Oberwart – 03352/35145  
[mamas.kueche@volkshilfe-bgld.at](mailto:mamas.kueche@volkshilfe-bgld.at)  
[www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche](http://www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche)