

# MITTAGSMENÜPLAN

## 21.11. – 25.11.2022

Änderungen vorbehalten

# MAMAS KÜCHE

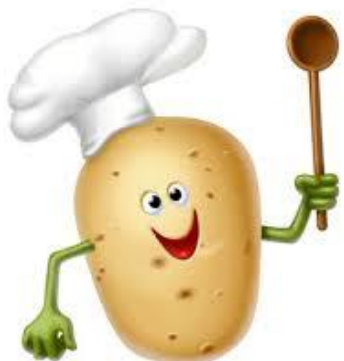
bewusst regional genießen

In Kooperation und mit  
finanzieller Unterstützung des



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Klare Erbsensuppe SL	Hirsesuppe mit Karotten SL	Minestrone GL,EI,SJ,SL	Zucchini cremesuppe GL	Klare Gemüsesuppe Frittaten GL,EI,M,SL
Saftschnitzel Hawaii Teigwaren Fisolensalat S GL,EI,M	Cremespinat Röstkartoffeln Augsburger GL,M	Apfelstrudel Vanillesauce GL,M,EI,SJ	Fischstäbchen Reis Herbstgemüse EI,GL,SJ,M,SO	Paprikahendl hausgemachte Nockerl Grüner Salat GL,SJ,M,SL,SF

**S**=enthält Teile vom Schw ein **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 übermäßigem 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  
[www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche](http://www.volkshilfe-bgld.at/MamasKueche)