

# Wochenplan unserer Thaliküche

## KW 43: 24.10. – 28.10.2016

### MONTAG

Brokkoli-Kürbis Curry mit schwarzem Reis <sup>3,4</sup>

mit Rote Beete Suppe, Bunte Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup>, Ananas Dessert

### DIENSTAG

Kartoffel-Spinat Curry mit Paneer <sup>3,4</sup>

mit Kokos-Dal Suppe, Bunte Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup>, Hafermilch-Porridge <sup>1</sup>

### MITTWOCH

Wirsing-Möhren Curry mit Basmati Naturreis <sup>3,4</sup>

mit Rote Linsen Suppe, Bunte Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup>, Apfel-Chai Muffin

### DONNERSTAG

Buschbohnen-Süßkartoffel Curry <sup>3,4</sup>

mit Kürbis-Kokos Suppe, Bunte Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup>, Schoko-Bananen Dessert <sup>8</sup>

### FREITAG

Safran-Gemüsereis in Kokossauce <sup>3,4</sup>

mit Möhren-Ingwer Suppe, Bunte Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup>, Hafer-Dattel Dessert <sup>1</sup>

### ALTERNATIV (Wochen-Gericht)

Auberginen-Kartoffel-Tomaten Curry <sup>3,4</sup>

mit Tages Suppe, Salatbeilage <sup>2,3,4,6,8</sup> und Tages Dessert

**Fairtrade, Saisonal und Regional sind für uns selbstverständlich. Wir kochen mit unseren eigenen Gewürzen, Hülsenfrüchten und Reis. Salat und Gemüse liefern der Großhandel Terra und regionale Erzeuger. Unsere Thalys sind vegetarisch und viele Gerichte, die mit Kokosfett und -milch zubereitet werden, traditionell vegan.**

#### Allergenkennzeichnung

1) Glutenhaltiges Getreide (Weizen, Hafer, Dinkel), 2) Sellerie und daraus gewonnene Erzeugnisse, 3) Milch und daraus gewonnene Erzeugnisse (Milch, Sahne, Yoghurt, Butterfett), 4) Sesamsamen und daraus gewonnene Erzeugnisse, 5) Erdnüsse und daraus gewonnenen Erzeugnisse, 6) Senf und daraus gewonnene Erzeugnisse, 7) Sojabohnen und daraus gewonnene Produkte, 8) Schalenfrüchte und daraus gewonnene Erzeugnisse (Mandeln, Walnüsse)

Liebe Gäste, in unserer Küche gibt es Gomasio (Sesamsalz), Sesam als Dessert-Topping und köstliche Yoghurt- und Senf-Dressings für den Salat. Bitte gebt uns Bescheid, falls Ihr allergisch seid, damit wir das berücksichtigen können.