

Hit 1 Rotes Curry mit Gemüse und Tofu dazu Bio- Basmatireis    F,L	14.80
Hit 2 Cordon bleu (vom Bio- Schwein, CH) dazu gemischter Salat an french- Dressing A,G,C,L,M	16.80
Hit 3 Grüne Spargel-Bowl: „mit Babykarotten, Artischockenherzen, Spargel- Hummus, und Rucola an Tomatendressing“    N,M	13.80
Hit 4 Inside Out Kunstmuseum „3 mit Lachs & Avocado, 3 mit Tuna & Avocado, 3 mit spicy Tofu & und Mango“  A,C,D,E,F,M,N,R	15.20
Birchermüsli mit Rahm  A, G, E	9.50

	Teller 1 14.80 Vorspeise 3.40	Teller 2 13.40 Vorspeise 3.40
Montag	Rote Linsensuppe mit Ras el-Hanout und Sesam P,F,N ***** Hörnle A,L,G,M,C „mit Gehacktem 100% Rind (CH)“ dazu Apfelmus	Rote Linsensuppe mit Ras el-Hanout und Sesam P,F,N ***** Sweet-Chilli-Tofu   F,A,N,E mit Ofenbrokkoli und Bio- Basmatireis
Dienstag	Geeisste Gurkensuppe mit Dill A,G,L ***** Bio Kalbsbratwurst (CH) A,G,L,M,O mit Zwiebelsauce, Rösti und Brokkoli	Geeisste Gurkensuppe mit Dill A,G,L ***** Gebratene Kräuterseitlinge   G,L,O auf Polenta mit Bio- Bergkäse und Jungzwiebeln
Mittwoch	Tomatencremesuppe G,L ***** Adler Wrap A,G,L,M,O,C gefüllt mit Truthahnbrust (CH), Currysauce, getrocknete Tomaten, Rucola und Ananas garniert mit Salat	Tomatencremesuppe G,L ***** Gefüllte Peperoni  L,A,G,C „mit Kichererbsen, Aubergine, Zucchini, Reis und Tomatensauce“
Donnerstag	Blumenkohlsalat mit Ei (natura plus CH) und Kresse M,C ***** Pouletbrust (CH) im Kokosmantel A,G,C,L mit Currysauce und Bio- Basmatireis garniert mit frischen Früchten	Blumenkohlsalat mit Ei (natura plus CH) und Kresse M,C ***** Salat "Verona"   G,L,M Kartoffel- Avocadosalat mit Balsamico-Cherrytomaten, Rucola, Oliven und Mozzarella
Freitag	Fenchel- Orangensalat mit rosa Pfeffer ***** Fish & Chips P,C,A,G,L (Dorsch, NO) im Bierteig dazu grobe Pommes frites und Sauce Tatar	Fenchel- Orangensalat mit rosa Pfeffer ***** Krautstiel- Feta- Strudel  A,G,C,L dazu gemischter Salat und Kräuterjoghurt



lactosefrei



vegetarisch



vegan



glutenfrei



kalorienarm



fettarm

A Gluten
G Milch / milk
P Lupine / lupin

B Krebstiere/crustacean
H Schalentiere / shellfish
R Weichtiere / mollusc

C Eier / eggs
L Sellerie / celery

D Fisch / fish
M Senf / mustard

E Erdnüsse / peanuts
N Sesam / sesame

F Sojabohnen / soy beans
O Schwefeldioxid / sulfides