

- Hit 1 Hüttenkäseleibchen** auf Grünkernrisotto und Broccoli (Adler's Vollwertrezept anno 1985)  A, C, G, L 24.50
- Hit 2 Rindsentrecôte (CH)** mit Kräuterbutter, Rosmarinkartoffeln & Karotten G, L 27.00
- Hit 3 Quinoasalat** mit Avocado, Feta, Granatapfel, gehackten gerösteten Mandeln   E, G, L, M 22.00
und Spitzkohl an Honig-Senf vinaigrette
- Hit 4 Inside Out** (3 Lachs, 3 Tuna, 3 Krebs) fein garniert A, C, D, M, N 25.00
- Birchermüesli** mit Rahm  A, E, G 11.00

	Menü 1 24.50 ●●● Teller 1 21.00	Menü 2 23.00 ●●● Teller 2 19.50
Montag	Toskanische Bohnensuppe   F, G, L mit weissen Bohnen, Karotten und Chili ●●● Cremiger Polenta mit Speckwürfel,  G, L gebratenen Maronen und Pilzen verfeinert mit Thymian und Rosmarin	Toskanische Bohnensuppe   F, G, L mit weissen Bohnen, Karotten und Chili ●●● Cremiger Polenta   G, L mit gebratenen Maronen, Pilzen & Mais verfeinert mit Thymian und Rosmarin
Dienstag	Rucolasalat mit Kirschtomaten   L, M an veganer italienischer Sauce ●●● Grünes Kokos-Curry D, L, M mit Poulet-Hackbällchen & Bio Basmatireis	Rucolasalat mit Kirschtomaten   L, M an veganer italienischer Sauce ●●● Spaghetti an Kürbis-Bologneser Sauce  mit Champignons A, C, G, L und Kürbiskern-Gremolata
Mittwoch	Süsskartoffelsuppe mit Ingwer   F, L ●●● Sticky Beef Noodles A, C, F, G, L, N Eiernudeln mit Rind (CH), Zuckerschoten & Broccoli an Ingwer-Soja-Sesammarinade	Süsskartoffelsuppe mit Ingwer   F, L ●●● Tomatenrisotto   G, L mit Pilzen, Stangensellerie & Basilikum C, G, L
Donnerstag	Karottensalat mit Rosinen   ●●● Poulet (CH) Riz-Casimir   L, M mit Ananas, Banane, rote & gelbe Peperoni, Apfel, Curry und Kokosmilch dazu Reis	Karottensalat mit Rosinen   ●●● Auberginenaufauf   L mit Kichererbsen und Tomaten
Freitag	Grüne Erbsensuppe   L ●●● Risotto Gamberetti G, H, L mit Grönlandcrevetten, Dill & Tomatensauce	Grüne Erbsensuppe   L ●●● Fried Bulgur   C, F, L mit Karotten, Lauch & glattblättriger Petersilie dazu ein Spiegelei



lactosefrei



vegetarisch



vegan



glutenfrei



kalorienarm



fettarm

A Gluten

G Milch / milk

P Lupine / lupin

B Krebstiere/crustacean

H Schalenfrüchte/ nuts

R Weichtiere / mollus

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