

Wochenplan unserer Thaliküche

KW 36: 01.09. – 05.09.2014

MONTAG

Möhren mit Erbsen

mit Roter-Linsen-Suppe, Salat mit Kidneybohnen und Gurke, Mango-Porridge

DIENSTAG

Kartoffel-Paprika-Pfanne

mit Kürbis-Suppe, Salat mit weißen Bohnen und Paprika, Frucht-Joghurt

MITTWOCH

Moongdal mit Bohnen und Erbsen

mit Minestrone, Salat mit Roter Beete und Gurke, Kokos-Pudding

DONNERSTAG

Wirsing mit Süßkartoffeln

mit Dal-Suppe, Salat mit Weißkohl und Möhren, Schoko-Kokos-Pudding

FREITAG

Buntes Gemüse-Curry

mit Reisnudel-Suppe, Salat mit Linsen und Tomaten, Haferflocken-Dessert