



Steinbecker Str.1, 17489 Greifswald, Tel: 03834 368486, mobil: 0172 3123419, www.gran-gusto.de



DE-ÖKO-007

Menülinie	Montag, 05.10.25	Dienstag, 06.10.26	Mittwoch, 07.10.26	Donnerstag, 08.10.26	Freitag, 09.10.26
 Menü Vegetarisch/Vegan	Vollkorn-Penne Nudeln mit der „weltbesten Tomaten-Basilikum Sauce“ (1a) Rohkost: Frischer Blattsalat mit Joghurt Dressing (7,9)	Rührei mit Rahmspinat, dazu Salzkartoffeln (1a,7,3) Stück Obst: Banane	Möhrchen-Erbсен Frikassee mit Bratkäsewürfeln, dazu Reis (1a,7) Stück Obst: Birne	Baked Beans – Bunte Bohnenpfanne mit Röstgemüsesauce, dazu Stampfkartoffeln (9) Dessert: Heidelbeer-Lassi (7)	Bunte Spiralen Nudeln mit Champignons-Rahmsauce (1a,7) Rohkost: Geraspelter Rotkohl-Apfel-Salat
Zusatzangebot			Hühnchenfrikassee mit Erbsen und Möhrchen, dazu Reis (1a,7) Stück Obst: Birne		

Sofern nicht anders gekennzeichnet verwenden wir Bio-Lebensmittel



Steinbecker Str.1, 17489 Greifswald, Tel: 03834 368486, mobil: 0172 3123419, www.gran-gusto.de



DE-ÖKO-007

Menülinie	Montag, 12.10.26	Dienstag, 13.10.26	Mittwoch, 14.10.26	Donnerstag, 15.10.26	Freitag, 16.10.26
 Menü Vegetarisch/Vegan	Kartoffelpfanne mit Tomaten und Ei, verfeinert mit Schmelzkäse (7,3) Rohkost: Frischer Blattsalat mit Senfdressing (10,9)	Milchreis mit Zimt und Apfelmus (7) Rohkost: Paprika Streifen zum Knabbern	Spitzkohlpfanne mit Möhrchen, dazu Salzkartoffeln (1a) Stück Obst: Pflaume	Kochei in Senfsauce, dazu Salzkartoffeln (1a,7,10,) Rohkost: Geraspelter Möhrchen Salat	Käsespätzle mit Röstzwiebeln und cremiger Sauce (1a,7,3) Rohkost: Gurkensalat mit Dill
Zusatzangebot	Vollkorn Penne Nudeln mit Lachssauce Rohkost: Frischer Blattsalat mit Senfdressing (10,9)				

Sofern nicht anders gekennzeichnet verwenden wir Bio-Lebensmittel



DE-ÖKO-007

Menülinie	Montag, 19.10.26	Dienstag, 20.10.26	Mittwoch, 21.10.26	Donnerstag, 22.10.26	Freitag, 23.10.26
 Menü Vegetarisch/Vegan	Linseneintopf mit Kartoffelwürfeln, Möhrchen , Petersilie und Kürbiskernen, dazu Vollkornbrötchen (1a,9) Stück Obst: Orange	Vollkorn Spiralen Nudeln mit Käse Fenchelsauce (1a,7) Rohkost: Frischer Blattsalat mit Kräuter Dressing (9)	Lieblings-Kartoffelgratin mit Thymian, dazu geschwenkte Möhrchen (1a,7) Stück Obst: Apfel	Broccoli und Blumenkohl überbacken mit Beschamele und Reibekäse, dazu Salzkartoffeln (1a,7) Dessert: Roter Wackelpudding	Chili sin carne – bunte Bohnen mit Mais und Tomaten, dazu Reis Rohkost: Paprikastifte zum Knabbern
Zusatzangebot	Linseneintopf mit Wiener Würstchen (Rind), Kartoffelwürfeln und Möhrchen, dazu Vollkornbrötchen (1a,9) Stück Obst: Orange				

Sofern nicht anders gekennzeichnet verwenden wir Bio Lebensmittel



Steinbecker Str.1, 17489 Greifswald, Tel: 03834 368486, mobil: 0172 3123419, www.gran-gusto.de



DE-ÖKO-007

Menülinie	Montag, 26.10.26	Dienstag, 27.10.26	Mittwoch, 28.10.26	Donnerstag, 29.10.26	Freitag, 30.10.26
 Menü Vegetarisch/Vegan	Vollkorn Penne Nudeln mit Broccoli Samtsauce (1a) Stück Obst: Banane	Salzkartoffeln mit Dillquark und Leinöl (7) Rohkost: Geraspelter Möhrchen -Salat	Schwedisches Kartoffelgratin mit Schmelzzwiebeln (7) Eingelegte Rote Bte	Cremiges Süßkartoffel Curry, dazu Linsenreis (9) Dessert: Erdbeerjoghurt	Nudelaufwurf mit Möhrchen, Markerbsen und Reibekäse (1a,7,13p) Stück Obst: Apfel
Zusatzangebot					Nudelaufwurf mit Möhrchen, Markerbsen und Wiener Würstchen, überbacken mit Reibekäse (1a,7) Stück Obst: Apfel

Sofern nicht anders gekennzeichnet, verwenden wir Bio-Lebensmittel