



Natural'Mente

Frisch, vollwertig, vegan,
BIO
DE-ÖKO-070

Natural'Mente
Restaurant & Catering
makrobiotisch-vollwertig

Telefon 3 41 41 66

Fax 34 70 30 71

Ab Montag, 02.11. wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE

BESTELLUNGEN für den LIEFERSERVICE bitte bis 10.30 Uhr per Fax oder Telefon !!!
TAKE AWAY ohne Anmeldung bis 15:30 Uhr.

Speiseplan KW 47/2020 16. bis 22.11.2020

				Kleine / Große Portion	
Montag	Buchweizen mit Lauch und Mochi				
	Sellerie, Grünkohl				
und	1. Delikatess Linsen	10,00	11,70		
er	1a. Tempeh mit Sauerkraut 13	12,60	14,20		
Dienstag	Vollkorn Reis				
	Möhren, Wirsing				
und	2. Schwarze Bohnen Stew	10,00	11,70		
der	2a. Tofu 13	12,60	14,20		
Mittwoch	Cous Cous 4				
	Hokkaido-Kürbis, Broccoli				
und	3. Delikatess Linsen	10,00	11,70		
oder	3a. Fisch 3 (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	15,10	16,70		
Donnerstag	Dinkelpfanne				
	Rote Bete, Spitzkohl				
und	4. Pâté von grünen Erbsen	10,00	11,70		
oder	4a. Seitan 4	12,60	14,20		
Freitag	Weißer Basmati				
	Gemüse „Subji“, indisch				
und	5. Kichererbsen	10,00	11,70		
oder	5a. Fisch 3 (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	15,10	16,70		

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag

Alle nicht mit "**konv.**" gekennzeichneten Produkte unterliegen dem Kontrollverfahren gem. EG-Öko-Verordnung Nr. 834/2007
Die Makrobiotik Gastronomie GmbH wird geprüft von der Control Union, DE-ÖKO-070

Konventionell bzw. nicht Bio sind Fischarten, Meeresalgen, Umeboshi-Produkte, Agar Agar oder entsprechend gesondert als konventionell gekennzeichnete Produkte.

Allergene: 1 Eier; 3 Fisch; 4 Gluten; 8 Schalenfrüchte; 10 Sellerie; 11 Senf; 12 Sesam; 13 Soja

Nächste Seite: Weitere kleine Gerichte, Salat, Suppen, Desserts



Natural'Mente

Frisch, vollwertig, vegan,
BIO
DE-ÖKO-070

Natural'Mente
Restaurant & Catering
makrobiotisch-vollwertig

Telefon 3 41 41 66

Fax 34 70 30 71

Ab Montag, 02.11. wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE

10. Salat – Rohkostteller mit Dressing:	7,80	10,00
11. Gemüseteller (Gemüse – Art bitte erfragen):	7,80	10,00
12. Extrasaucen: (Tahin-12, Nuss-Sauce 8, vegane Mayo..)		1,00
13. Gemüse – Rohkostteller		12,00
15. Tagessuppe		4,40
16. Miso- und Gemüse- Suppe 13 mit Wakame-Algen (konv.) und Gemüse		5,60
20. 1 Port. Seitan 4		3,80
21. 1 Port. Tofu 13		3,30
22. 1 Port. Tempeh 13		3,80
23. 1 Port. Bohnen, Linsen etc.		3,00
24. 1 Port. Tagesgetreide oder Vollkornreis		3,00
25. 1 Port. Meeresalgen (konv.) - meist Arame oder Hiziki		3,50
26. 1 Port. Tagesgemüse		5,00
30. Dessert (Kuchen oder Crèmes etc.) Tagespreis erfragen.	2,80	- 3,80