



Natural'Mente

99,9% BIO DE-ÖKO-070

Natural'Mente
Restaurant & Catering
makrobiotisch-vollwertig

Telefon 3 41 41 66

Fax 34 70 30 71

Bestellungen bitte bis 10.30 Uhr per Fax oder Telefon !!!

Speiseplan KW 26/2018 25.06. bis 01.07.

Kleine / Große Portion

Montag	Vollkorn Reis, Gemüse- und Rohkostbeilage		
und	1. Azukibohnen	10,00	11,70
der	1a. Tofu-Schnitzel, gebraten 13	12,60	14,20
Dienstag	Cous Cous, Gemüse- und Rohkostbeilage		
und	2. Grüne Linsen	10,00	11,70
der	2a. Tempeh 13	12,60	14,20
Mittwoch	Weißer Basmati Reis, Gemüse- und Rohkostbeilage		
	3. Mungbohnen Curry	10,00	11,70
oder	3a. Fisch 3 (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	12,60	14,20
Donnerstag	Vollkorn Reis, Gemüse- und Rohkostbeilage mit		
	4. Pâté von grünen Erbsen	10,00	11,70
oder	4a. Seitan 4	12,60	14,20
Freitag	Polenta, Gemüse- und Rohkostbeilage mit		
	5. Rote Kidneybohnen	10,00	11,70
oder	5a. Fisch 3 (Wildfang oder Bio-Zucht) - <i>Tagespreis</i> ab	12,60	14,20

Samstag, und Sonntag: Geschlossen

10. Salat – Rohkostteller mit Dressing	klein	5,80	groß	8,40
11. Gemüseteller (Gemüse – Art bitte erfragen))	„	5,80	„	8,40
13. Gemüse – Rohkostteller				9,00
14. Kleiner Makroteller (Getreide, Bohnen, Gemüse ohne Rohkost)				8,00
15. Tagessuppe				4,40
16. Misosuppe mit Wakame-Algen 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.				2,80
24. 1 Port. Tagesgetreide oder Vollkornreis				2,50
25. 1 Port. Meeresalgen (meist Arame oder Hiziki)				3,50
30. Dessert (Kuchen oder Crèmes etc.) Tagespreis erfragen.		2,80	-	3,50

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 PCU Deutschland GmbH, DE-ÖKO-070

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