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, 04.01.2021 wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE
Leider ist nach 4 Jahren eine Anpassung der Grundpreise für die Speisen unumgänglich.
Wir bitten um Verständnis. Unser Ziel: Frischeste MAKRO BIO QUALITÄT anzubieten.

BITTE BEACHTEN:
BESTELLUNGEN für den LIEFERSERVICE bitte **bis 10.30 Uhr** per Fax oder Telefon !!!
TAKE AWAY mit Anmeldung bis 14:00 Uhr. Abholen auch später nach Vereinbarung !!!
TRANSPORT Gebühr ab 3,00 Euro

Speiseplan KW 04/2021 25. bis 31. 01.2021

			Kleine	/ Große Portion
Montag		**Vollkorn Basmati Reis**		
		Möhren, Grünkohl		
und	1.	Linsen-Pâté, gebacken	11,50	13,50
er	1a.	Tempeh **13**	13,80	15,40
Dienstag		**Hirse mit Blumenkohl**		
		Süßkartoffeln. Wirsing		
und	2.	Azuki Bohnen	11,50	13,50
der	2a.	Tofu **13**	13,80	15,40
Mittwoch		**Cous Cous**		
		Topinambur, Pak Choi		
Und	3.	Rote Kidneybohnen	11,50	13,50
oder	3a.	Fisch **3** 160 g (Wildfang oder Bio-Zucht) - *Tagespreis* **ab**	13,80	15,40
Donnerstag		**Vollkorn Reis mit Gerste 4**		
		Möhren, Blumenkohl		
Und	4.	Pâté von grünen Erbsen	11,50	13,50
oder	4a.	Seitan **4**	13,80	15,40
Freitag		**Weißer Basmati Reis**		
		Wurzel-Stew, Grünkohl		
und	5.	Rote Linsen	11,50	13,50
oder	5a.	Fisch **3** 160 g (Wildfang oder Bio-Zucht) - *Tagespreis* **ab**	13,80	15,40

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 Fischsorten, 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 und Einzel-Portionen, Salate, 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, 04.01.2021 wegen CORONA nur: TAKE AWAY & LIEFERSERVICE
Leider ist nach 4 Jahren eine Anpassung der Grundpreise für die Speisen unumgänglich.
Wir bitten um Verständnis. Unser Ziel: Frischeste MAKRO BIO QUALITÄT anzubieten.

10. Salat – Rohkostteller mit Dressing:	8,50	10,00
11. Gemüseteller (Gemüse – Art bitte erfragen)):	8,50	10,00
12. Extrasaucen: (Tahin-12, Nuss-Sauce 8, vegane Mayo..)		1,00
13. Gemüse – Rohkostteller		12,00
15. Tagessuppe		4,40
16. Misosuppe 13 mit Wakame-Algen (konv.) und Gemüse		5,60
20. 1 Port. Seitan 4		4,50
21. 1 Port. Tofu 13		3,90
22. 1 Port. Tempeh 13		4,50
23. 1 Port. Bohnen, Linsen etc.		3,50
24. 1 Port. Tagesgetreide oder Vollkornreis		3,50
25. 1 Port. Meeresalgen (konv.) - meist Arame oder Hiziki		4,00
26. 1 Port. Tagesgemüse		5,00
30. Dessert (Kuchen oder Crèmes etc.) Tagespreis erfragen.		3,00 - 5,00