



### **Montag**

**Menü1: Seelachsfilet mit Ofenkartoffeln (9)**

**Menü2: Gemüsebratlinge mit Ofenkartoffeln(9)**

**Menü3: Kartoffelcremesuppe mit Speckwürfeln und Brot (1,9)**

### **Dienstag**

**Menü1: Zitronenhähnchen mit Reis (7,9)**

**Menü2: Gemüsecurry mit Reis(7,9)**

**Menü3: CousCoussalat mit Joghurtdip (7,9)**

### **Mittwoch**

**Menü 1: Nudel Bolognese Auflauf mit Joghurtdip (1,3)**

**Menü2: Nudel Gemüse Auflauf mit Joghurtdip**

**(1,3)**

**Menü3: Zucchinicremesuppe mit Croutons (1,7,9)**

### **Donnerstag**

**Menü1: Hähnchen-Erbesen-Eintopf mit Brot (1,9)**

**Menü2: Gemüse-Erbesen- Eintopf mit Brot (1,9)**

**Menü3: Kürbiscremesuppe mit Kürbskernen und Brot (9,11)**

**Zu den Gerichten Menü 1 und 2 wird ein Beilagensalat mit geschickt**

**Zu dem Gericht Menü 3 gibt es ein Brot dazu**



*E-mail: [saginoskiz@icloud.com](mailto:saginoskiz@icloud.com)*

*GSM: + 4917667800675*

Allergenenliste 1. Glutenhaltiges Getreide (Roggen, Weizen, Gerste, Hafer, Dinkel u.a) 2. Krebstiere und Krebstiererzeugnisse 3. Eier und Eierzeugnisse 4. Fisch und Fischerzeugnisse 5. Erdnüsse und Erdnusserzeugnisse 6. Soja und Sojaerzeugnisse 7. Milch und Milcherzeugnisse (einschließlich Laktose) 8. Schalenfrüchte (Mandeln, Haselnuss, Walnuss, Cashewnuss, Pecanuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss und Quennslandnuss) 9. Sellerie und Sellerieerzeugnisse 10. Sesamsamen 11. Senf 12. Schwefeldioxid und Sulite 13. Lupine 14. Weichtiere

---

*Frobenius Forster Straße 33, 93055 Regensburg, Germany*  
*[www.soulkitchen.metro.bar](http://www.soulkitchen.metro.bar)*  
*E-mail: [saginoskiz@icloud.com](mailto:saginoskiz@icloud.com)*  
*GSM: + 4917667800675*