

# SPEISEKARTE

Firma: M A H L Z E I T\_Kulinarik

*Mahlzeit*  
Wir sind zum Essen da!

## Tageskarte: 14.04.2025 - 18.04.2025

### **MONTAG**, 14.04.2025

Rinderbouillon mit Leberreis und buntem Wurzelgemüse (A,C,G,L)	180 kcal	TS	3,50 €
Tomaten Zartweizenrisotto mit gegrilltem toskanischem Gemüse und frittiertem Rucola (A,L)[veget][laktfrei][vegan]	840 kcal	M1	8,30 €
Cremige Gemüsefleckerl mit grünem Spargel (A,C,G)[veget]	960 kcal	M2	8,60 €
Chicken Tikka Masala vom Huhn mit Kokosmilch und Basmatireis (G)[glutfrei]	880 kcal	M3	9,80 €
Saftiger Karottenkuchen (A,C,G,H)[veget]	450 kcal	TD	3,80 €

### **DIENSTAG**, 15.04.2025

Kürbis-Ingwer-Cremesuppe mit gerösteten Kürbiskernen und Kürbiskernöl (F,L)[veget][laktfrei][glutfrei][vegan]	220 kcal	TS	3,50 €
Spinatstrudel mit veganem Feta in roter Paprikarahmsauce (A)[veget][laktfrei][vegan]	980 kcal	M1	8,30 €
Klassischer weißer Solospargel mit Sauce Hollandaise und Petersilienerdäpfel (C,G)[veget][glutfrei]	790 kcal	M2	8,90 €
Spaghetti Bolognese vom gemischtem Faschiertem mit frischem Schnittlauch (A,C,G,O,Sc)	850 kcal	M3	9,50 €
Vanille Joghurtcreme mit Beerenröster und Minze (G)[veget][glutfrei]	390 kcal	TD	3,80 €

### **MITTWOCH**, 16.04.2025

Hühnerbouillon mit Spargel und Süßkartoffeleinlage (L)[laktfrei][glutfrei]	90 kcal	TS	3,50 €
Klassisches Tridosha-Kitcheri mit buntem Gemüse und Basmatireis (M)[veget][laktfrei][glutfrei][vegan]	620 kcal	M1	8,20 €
Waldpilz-Schwammerlgulasch mit hausgemachten Serviettenknödel (A,C,G)[veget]	840 kcal	M2	8,70 €
Pho Xao   Gebratene Reisbandnudeln mit Rindfleisch und frischem Wokgemüse (F)[laktfrei][glutfrei]	800 kcal	M3	9,80 €
Flaumiger Kaiserschmarrn mit Apfelmus (A,C,G)[veget]	450 kcal	TD	3,80 €

### **DONNERSTAG**, 17.04.2025

Karottencremesuppe mit Mango und leichter Kokosnote (L)[veget][laktfrei][glutfrei][vegan]	190 kcal	TS	3,30 €
Indonesische Reispfanne mit buntem Gemüse, Spargel und Zuckerschoten in Orangensauce [veget][laktfrei][glutfrei][vegan]	610 kcal	M1	7,90 €
Gebratener Leberkäse auf cremigen Dillfisolien und hausgemachtem Erdäpfelpüree (A,G,Sc)	930 kcal	M2	9,20 €
Branzino und Wels im Backteig 'Fish and Chips' mit Braterdäpfel und 2erlei Dip (A,C,D,G)	1050 kcal	M3	10,50 €
Tiramisuschnitte (A,C,G)[veget]	420 kcal	TD	4,00 €

### **FREITAG**, 18.04.2025

Milde Bergkäsesuppe mit Schwarzbrotcroutons (A,C,G)[veget]	240 kcal	TS	3,50 €
Knusprige Tempehrösti auf Zucchini, Spinat und Kohlgemüse dazu würziges Mangochutney (F)[veget][laktfrei][glutfrei][vegan]	720 kcal	M1	8,50 €
Gnocchi asparago verde Gegrillte Gnocchi in Limettenrahmsauce mit grünem Spargel und Ricotta-Salbeihaube (A,C,G,O)	880 kcal	M2	8,20 €
Köttbular vom gemischten Faschierten in cremiger Bratensauce und zweierlei Püree dazu Preiselbeeren (A,C,G,O,L,Sc)	980 kcal	M3	9,90 €
Tageskuchen (A,C,G,H)[veget]	440 kcal	TD	3,50 €

# SPEISEKARTE

Firma: M A H L Z E I T\_Kulinarik

*Mahlzeit*  
Wir sind zum Essen da!

## Wochenkarte: KW 16

### Salate

Bunter Hülsensalat mit gebratenem Tofu, Mais, Bohne, Linsen, Kichererbsen, Karotte, Rotkraut, Radieschen, Paprika, Tomate und Kräuterpesto (F) [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	980 kcal	S1	8,90 €
Bunter Chefsalat mit Schinken, Extrawurst, Käse, gekochtem Ei, Paprika, roter Zwiebel und Essiggurkerl (C,G,Sc) [laktfrei] [glutfrei]	750 kcal	S2	9,50 €
Blattsalat mit saisonellem Gemüse aus garniert dazu Hausdressing [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	90 kcal	S4	3,50 €

### Wochenkarte, Special, Low Carb

Klassische Eiernockerl mit frischem Schnittlauch (A,C,G,O) [veget]	800 kcal	W1	8,40 €
gebackenes Surschnitzel vom Schwein Wiener Art mit Erdäpfelsalat (A,C,G,M,Sc)	980 kcal	W2	9,80 €
Portion Ingwer und Wasabi [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	45 kcal	SP3	1,50 €
Low Carb   gebackenes Surschnitzel vom Schwein Wiener Art mit Gemüsebouquet.. (A,C,G,Sc)	830 kcal	A1	9,80 €
Frischer Melonenbecher mit Minze [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	133 kcal	TD1	4,90 €
Flaumiger Kaiserschmarrn mit Apfelmus (A,C,G) als Hauptspeise [veget]	650 kcal	TD2	7,90 €

### Beigaben

Portion Basmatireis [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	250 kcal	BL1	2,50 €
Portion Grillgemüse [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan]	50 kcal	BL2	2,50 €

### Sandwich & Wrap

Gefülltes Vitalweckerl mit Bärlauchaufstrich, Beinschinken, Karotte, Vogersalat, Ei und Paprika (A,C,G,Sc)	450 kcal	GD1	4,90 €
Tuna Sandwich gefüllt mit Thunfischcreme, Oliventapenade, Gurke und Rucola (A,D) [laktfrei]	470 kcal	GD2	4,90 €
Veganer Rohkostwrap mit Feta, Kraut, Karotte, Radieschen, Eisberg und Kräutersauce (A) [veget] [laktfrei] [vegan]	420 kcal	GD3	4,50 €
Veganer pulled Burrito mit pulled Erbsenprotein, Bärlauchmayonnaise, Zucchini-Spargelgemüse, Babyspinat und Schmorkartoffel (A,F) [veget] [laktfrei] [vegan]	750 kcal	GD5	6,90 €
Pulled Chicken Burrito von der Hühnerbrust mit Bärlauchmayonnaise, Zucchini-Spargelgemüse, Babyspinat und Schmorkartoffel (A,F) [laktfrei]	800 kcal	GD6	6,90 €

### Säfte & Smoothies

Orangensaft frisch gepresst [500ml] [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan] [malfit]	250 kcal	SD1	4,20 €
Frisch gepresster Karottensaft mit Birne und Ingwer [500ml] [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan] [malfit]	180 kcal	SD2	4,50 €
Multivitaminsaft [500ml] [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan] [malfit]	150 kcal	SD3	4,50 €
Hagebutten Limetten Eistee mit Cranberry und Minze [500ml] [veget] [laktfrei] [glutfrei] [vegan] [malfit]	50 kcal	SD4	4,20 €