



# AYURVEDA KÜCHE

... weil Essen Herzenssache ist

**Menüplan vom  
22. - 26. Oktober 2018**

**Zu allen Gerichten wird Gewürzpunsch serviert.**

## **MONTAG**

Basmatireis  
Roter Linsendal (G, M)  
Karotten – Kürbiscurry in  
Kokossauce (G)  
Chutney (G)  
Salat  
~o~  
Apfelschlangerl (A, C, G)

## **DIENSTAG**

Gemüselasagne (A, G)  
Dip (G)  
Chutney (G)  
Linsensalat  
~o~  
Milchreis (G)

## **MITTWOCH**

Grünkernlaibchen (A, G)  
Kichererbsencurry (G, M)  
Peperonata (G)  
Salat  
~o~  
Tsampacreme (A)

## **DONNERSTAG**

Brauner Basmatireis  
Mungdal (G, M)  
Ofengemüse (G)  
Chutney (G)  
Salat  
~o~  
Kokospudding (G)

## **FREITAG**

**GESCHLOSSEN**

Jedes Monat neue Rezepte auf:  
[www.ayurvedashop.at/rezepte/](http://www.ayurvedashop.at/rezepte/)



Allergeninformation gemäß Codex-Empfehlung:

A= Glutenhaltiges Getreide, C= Eier, E= Erdnuss, F= Soja, G= Milch oder Laktose, H= Schalenfrüchte, L= Sellerie, M= Senf, N= Sesam, O= Sulfite, P= Lupinien

**Auf Wunsch gibt es jedes Mittagsmenü vegan und/oder glutenfrei. Auch zum Mitnehmen!**

**Menü (inkl. Getränke) € 13,-**

**Tel.: 07752 / 88110**

**E-Mail: [versand@ayurvedashop.at](mailto:versand@ayurvedashop.at)**

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

**gesund • leicht • wohlschmeckend • aus regionalen bzw. Bio-Produkten**