

Melde dich für unseren wöchentlichen
Mittagsmenü-Newsletter an. Mit dem kommt auch der
3-Wochen-Menüplan immer digital zu dir:



QR-CODE zur Anmeldung für unseren
MITTAGSMENÜ-NEWSLETTER

Catering zur Abholung möglich! Dafür Vorbestellungen
bitte bis Donnerstag 19:00 Uhr für die darauffolgende
Woche:

lieberohne.at/unser-tagesmenue

Otto-Bauer-Gasse 8-10, 1060 Wien
+43 1 375 00 64 · bestellung@lieberohne.at · lieberohne.at ·
shop.lieberohne.at

Hier findest du uns



www.lieberohne.at



[facebook.com/
lieberohneunverpackt](https://facebook.com/lieberohneunverpackt)



[@lieberohne](https://www.instagram.com/lieberohne)



3-WOCHEN-MENÜPLAN

DIE LIEBER OHNE MITTAGESSEN-VORSCHAU

WOCHENMENÜ KW 29 - 13.7-17.7

Wochenteller: Sommersalatteller ital. € 9,50
Art mit Mozzarella, Paradeiser und
Basilikumpesto

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90
vegan | glutenfrei

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: Hirse Pfanne mit Ofengemüse
und Joghurt Dip dazu Salat
vegan möglich | glutenfrei

Dienstag: geschlossen

Mittwoch: Gemüse Lasagne mit
Bechamelsauce und dazu Salat

Donnerstag: Pasta Pfanne mit Tomaten
Ziegenkäsesauce dazu Salat

Freitag: Kichererbsen Erdnuss Curry mit
Basmatireis
vegan | glutenfrei

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen-Curry mit Gemüse € 9,50
vegan | glutenfrei

WOCHENMENÜ KW 30 20.7-24.7.

Wochenteller: Sommersalatteller € 9,50
orient. Art mit Hummus, Feta,
Paradeiser, Oliven; Gurken

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90
vegan | glutenfrei

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: Kichererbsen Erdnuss Curry mit
Basmatireis
vegan | glutenfrei

Dienstag: geschlossen

Mittwoch: Gemüse Lasagne mit
Bechamelsauce und dazu Salat

Donnerstag: Schupfnudel-Gemüse Pfanne mit
Salat

Freitag: Bulgur-Gemüse Pfanne mit Salat
vegan

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen-Curry mit Gemüse € 9,50
vegan | glutenfrei

WOCHENMENÜ KW 31 27.7.-31.7.

Wochenteller: Sommersalatteller € 9,50
griech. Art mit Feta, Oliven, Gurken

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90
vegan | glutenfrei

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: Bulgur-Gemüse Pfanne mit Salat
vegan

Dienstag: geschlossen

Mittwoch: Gemüse Lasagne mit
Bechamelsauce und dazu Salat

Donnerstag: Gemüse-Risotto mit Parmesan
und Salat
vegan möglich | glutenfrei

Freitag: Gemüsecurry thai. Art mit
Jasminreis
vegan | glutenfrei

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen-Curry mit Gemüse € 9,50
vegan | glutenfrei