

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



lieberohne.at



**facebook.com/
lieberohneunverpackt**



@lieberohne



3-WOCHEN-MENÜPLAN

DIE LIEBER OHNE MITTAGESSEN-VORSCHAU

WOCHENMENÜ KW 43

Wochenteller: Minestrone (ital.
Gemüsesuppen Eintopf) mit
Parmesan dazu Gebäck
vegan möglich

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: Quinoa-Gemüse Pfanne mit
Salat
glutenfrei | vegan

Dienstag: Gemüse Lasagne mit Salat

Mittwoch: Semmelknödel Schnitte mit
Gemüseragout dazu Salat

Donnerstag: Polenta Laibchen mit Salat

Freitag: Buchweizen Gemüse Pfanne mit
Salat
glutenfrei | vegan möglich

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen Curry mit Basmatireis € 9,50
glutenfrei | vegan

WOCHENMENÜ KW 44

Wochenteller: Bröselkarfiol mit Salat € 9,50

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: Feiertag geschlossen

Dienstag: Gemüse Lasagne mit Salat

Mittwoch: Tomaten-Risotto mit
geschmorten Cherry Paradeiser
glutenfrei | vegan
gekocht nach DOCH!-Rezept

Donnerstag: asiat. Wok Nudel-Gemüse
Pfanne
vegan

Freitag: überbackene Gnocchi mit Kürbis
und Mozzarella dazu Salat

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen Curry mit Basmatireis € 9,50
glutenfrei | vegan

WOCHENMENÜ KW45

Wochenteller: Grießschmarren mit
Obstmus € 9,50

Mittagsmenü mit Tagessuppe € 10,50

Nur Tagessuppe € 3,90

Nur Menü-Hauptspeise € 8,50

Montag: marokk. Bohnentopf mit buntem
Gemüse dazu Basmatireis
glutenfrei | vegan

Dienstag: Gemüse Lasagne mit Salat

Mittwoch: gefüllte Paprika mit
Paradeissauce und Salat
glutenfrei | vegan

Donnerstag: Semmelknödel-Schnitte mit
Pilzragout

Freitag: Bulgur - Gemüse Pfanne mit
Salat
vegan

Unser Dauerbrenner - ab sofort täglich:

Linsen Curry mit Basmatireis € 9,50
glutenfrei | vegan