

Wochenkarte der Bistros von Wedde.bio®

09.03.2026 - 15.03.2026

KW 11	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Tagessuppe	Tagessuppe groß 6,90 € / klein 4,90 €						
Hauptgericht	Linsenbolognese mit Reis und Pecorino j i y g g1 N: 78.56 kcal F: 0.47 g GF: 0.16 g C: 14.51 g Z: 2.70 g P: 3.67 g S: 0.61 g B: 1.21 BE 9,90 €	Kichererbsen-Pfanne mit Aubergine, Paprika und Feta æ ∇ ♦ j y g g1 N: 136.98 kcal F: 7.50 g GF: 4.03 g C: 11.67 g Z: 2.06 g P: 5.61 g S: 1.09 g B: 0.97 BE 9,90 €	Nudeln mit Champignon-Rahmsoße und Pesto Genovese ∇ j g a g1 a1 N: 259.07 kcal F: 18.13 g GF: 9.51 g C: 18.54 g Z: 2.00 g P: 5.82 g S: 1.27 g B: 1.54 BE 9,90 €	Hähnchen-Kokos-Curry mit Mango und Reis ♦ ♠ a a1 N: 204.93 kcal F: 10.93 g GF: 9.01 g C: 21.70 g Z: 2.97 g P: 4.84 g S: 0.55 g B: 1.81 BE 13,90 €	Garnelen-Lachs-Ragout mit Kartoffeln und Zucchini j z g b d g1 N: 181.85 kcal F: 14.55 g GF: 8.21 g C: 7.23 g Z: 1.76 g P: 5.71 g S: 0.49 g B: 0.60 BE 14,90 €	Wurzelgemüse mit Kartoffeln aus dem Ofen ∇ ∞ j N: 56.03 kcal F: 1.47 g GF: 0.18 g C: 9.00 g Z: 3.09 g P: 1.32 g S: 0.32 g B: 0.74 BE 9,90 €	
--	Unseren Mittagstisch können Sie von 11.30 - 14 Uhr genießen. Änderungen vorbehalten. Fisch aus kontrolliert nachhaltiger, zertifizierter Fischerei.						

Nährwertangaben pro 100g N: Brennwert F: Fett GF: davon gesättigte Fettsäuren C: Kohlenhydrate Z: davon Zucker P: Eiweiß S: Salz B: Broteinheit

Allergene Inhaltsstoffe

- a Gluten

d Fisch

i Sellerie
- a1 Weizen

g Milch und Milcherzeugnisse

y Hülsenfrucht
- b Krustentiere

g1 Milcheiweiß

z Zitrusfrucht

Eigenschaften

- ♠ Geflügel

j Laktose
- ♦ Halal

∞ Vegan
- æ Knoblauch

∇ Vegetarisch



WÜNSCHT GUTEN APPETIT!



DE-ÖKO-039

