

Melea

THE HEALTH CONCEPT



VEGAN MENÜ

Montag

- FRÜHSTÜCK Haferbrei mit Kokos-Goji-Beeren * 8
- MITTAGESSEN Apfel-Rote-Bete-Cremesuppe mit gerösteten Kürbiskernen * 9
Brokkoli-Lauch-Hirsefladen mit Pfifferlingsauce und Gemüsebeilage * 9
- ABENDESSEN Gemüsebällchen mit Bulgur, Rübensalat

Dinstag

- FRÜHSTÜCK Kräuter-Polenta mit Salat, Tomatensauce, Olivensalat
- MITTAGESSEN Ingwer-Süßkartoffel-Cremesuppe * 9
Rote Bete mit Thymian und Gemüse-Hafer, Rote-Bete-Sauce * 9
- ABENDESSEN Geröstetes Gemüse mit Süßkartoffelpüree und Selleriepuffer * 1, 9

Mittwoch

- FRÜHSTÜCK Vegane Poke Bowl * 11
- MITTAGESSEN Topinamburcremesuppe mit knusprigen Mandeln und Kreuzkümmel * 8, 9, 12
Kräuter-Artischocken-Risotto * 9
- ABENDESSEN Eierschwammerlragout mit Sellerie-Süßkartoffelpüree * 9

Donnerstag

- FRÜHSTÜCK Avocado-Creme mit Süßkartoffelpfannkuchen und Salat
- MITTAGESSEN Karotten-Gerstensuppe mit Mandelpesto * 1, 8, 9
Hirse-Kürbis-Curry * 9
- ABENDESSEN Gemüse-Walnuss-Kroketten mit Sellerie-Risotto, Kürbiskernöl-Babypinac * 8, 9, 12

Freitag

- FRÜHSTÜCK Spinat-Chili-karottenlaibchen mit Basilikum-Süßkartoffelpüree * 1, 6
- MITTAGESSEN Rosmarin-Zwiebelsuppe * 9, 12
Dill-Kartoffelknödel mit Avocado-Remoulade * 1, 6, 8
- ABENDESSEN Quinoa-Salat mit Chinakohl und Algen-Zitronen-Dressing

Samstag

- FRÜHSTÜCK Ananas-Karob-Haferbrei
- MITTAGESSEN Auberginencremesuppe mit Harissa-Joghurt * 5, 9, 11, 12
Pilz-Udon-Nudeln * 1, 11
- ABENDESSEN Mit Gemüse gefüllte Kartoffel mit Grünsalat * 9

Sonntag

- FRÜHSTÜCK Frühlingsrollen mit pikantem Dip
- MITTAGESSEN Tomatensuppe mit gerösteten Kurkuma * 1, 11
Im Ofen gebackene Rote Bete mit Süßkartoffel
- ABENDESSEN Avocado-, getrocknete Tomaten- und Linsensalat

ALLERGENE

1. Gluten 2. Krebstiere & Muscheln 3. Ei 4. Fische 5. Erdnuss 6. Sojabohne 7. Milch
8. Nüsse 9. Sellerie 10. Senf 11. Sesam



+36 95 523 900

info@melea.hu

H-9600 Sárvár, Rákóczi Ferenc u. 28.

www.melea.hu