

# SENIOREN-MITTAGSTISCH

jeden Mittwoch 12:30 Uhr, mit monatlich wechselndem Angebot



## M E N U E P L A N

03. April 2019, 12:30 Uhr:

Linsenspuffer auf Spinat mit veganem Dip und Rote-Beete-Salat –

Dessert: Rüblikuchen

10. April 2019, 12:30 Uhr:

Kartoffel-Lauch-Suppe zu Dinkelbaguette mit veganer Kräuterbutter und Karottensalat–

Dessert: Rohkost-Fruchthappen

17. April 2019, 12:30 Uhr:

Dinkelnudeln mit pflanzlicher Bolognese und Salatbeilage –

Dessert: Grießpudding mit Beeren

24. April 2019, 12:30 Uhr:

Petersilienkartoffeln mit Kohlrabigemüse und veganer Hollandaise und Gurkensalat

Dessert: Apfelkuchen vom Blech

**zu allen Menues: kostenfreies Tafelwasser und Kaffee (bio & fair) zum Dessert.**

Mittagstisch für Senioren und für alle aus der Postsiedlung, die nicht alleine Mittagessen möchten. Ein frisch gekochtes Mittagessen genießen. Nachbarn treffen. Schwätzchen halten. Die Zutaten bestehen nahezu immer (95%) aus bio- bzw. fairtrade zertifizierten Lebensmitteln.

**BITTE VORHER RESERVIEREN**, damit wir nicht zu wenig kochen:

Jeden Freitag von 15:30-18:00 Uhr persönlich im Freitagscafé oder bis

Sonntags 18:00 Uhr auf dem Anrufbeantworter unter Tel. 80 55 921.

Preis für SeniorInnen : 3,50 €, Darmstädter Teilhabecard: 2,50 €

Gefördert durch:

Wissenschaftsstadt  
Darmstadt



# QUARTIERLADEN

BINGER STR. 8b. DARMSTADT / POSTSIEDLUNG

[www.postsiedlung.de](http://www.postsiedlung.de)

