

# SENIOREN-MITTAGSTISCH

jeden Mittwoch 12:30 Uhr, mit monatlich wechselndem Angebot



## M E N U E P L A N

05. Februar 2024, 12:30 Uhr:

Pasta mit verschiedenen Saucen (Spinatsoße und Blumenkohl-Pilzsauce)

Dessert: Schoko-Orangen-Kuchen

12. Februar 2024, 12:30 Uhr:

Winterliches Gemüsecurry mit Karottensalat

Dessert: Schokomousse

19. Februar 2024, 12:30 Uhr:

Veganes Chili mit knusprigen Brötchen

Dessert: Frischer Obstsalat

26. Februar 2024, 12:30 Uhr:

Spaghetti mit Grünkern-Bolognese und Krautsalat

Dessert: Milchreis mit Obst

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

Mittagstisch für Senioren und für alle aus der Postsiedlung, die nicht alleine Mittagessen möchten. Frisch gekochtes Mittagessen genießen. Nachbarn treffen. Schwätzchen halten. Die Zutaten bestehen nahezu immer (95%) aus bio- bzw. fairtrade zertifizierten Lebensmitteln. Wir kochen ausschließlich leckere Menüs (vegan) ohne Tierprodukte. In Kooperation mit Rückenwind – solidarische Quartierarbeit e.V.



## QUARTIERLADEN

BINGER STR. 8b. DARMSTADT / POSTSIEDLUNG

www.postsiedlung.de