



**Vollwert-Catering**

Gewerbehof 9 : 13597 Berlin  
Tel.: (030) 36 75 95 -0  
www.luna.de

## June 2016

Alle „grün“ hinterlegten  
Komponenten sind  
gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 Bio

### Mittwoch, 1. Juni 2016

- A** Gebr. Seelachsfilet <sup>gv m</sup> mit **Romanescokohl** und **Kartoffelpuree** <sup>m</sup>
- B** Ratatouille <sup>gv m, sj, w, w, w, w</sup> (Französische Gemüsepfanne) mit **Käsewürfeln** <sup>m</sup> und **Minestrone** <sup>m</sup>

**Knabbergemüse** (Mohre, Paprika, Gurke) / Obst  
**Donnerstag, 2. Juni 2016**

- A** Nudelauflauf <sup>e m, gv, w, w, w, w</sup> mit **Sahnesoße** <sup>e m, gv, w, w, w, w</sup> und **Linsentaler** <sup>e m, gv, w, w, w, w</sup> mit Spargel

**Erdbeer-Vanille-Quark** <sup>m</sup> / Salat / Gemüse  
**Freitag, 3. Juni 2016**

- A** Geflügelbuletten <sup>gv e</sup> mit **Kartoffelsalat** <sup>m</sup> und **Salsa** (pilantier-Gemüsedip)
- B** **Minestrone** <sup>al</sup> (italienische Gemüsepfanne) mit **Crouillons** <sup>gv m, w</sup> (Weißbrotwürfel) **Sahnejoghurt** <sup>m</sup> mit Honig / Salat / Gemüse

### Montag, 6. Juni 2016

- A** Paprika-Wurstchen-Gulasch <sup>Getriggert g m, sj, w, w, w, w</sup> mit **Pesto** <sup>gv w</sup> und **Sesam-Möhren-Schnitzel** <sup>e gv al m</sup>
- B** **Zucchini-Gemüse** <sup>m</sup> und **Ebly** <sup>gv m</sup> (Zartweizen) **Obst / Salat/Gemüse**

- A** **Szegediner Krauttopf** <sup>Rud gv, w, w, w, w, w</sup> (Weißkohl-Rindfleisch-Eintopf) mit **Kartoffeln**
- B** **Chinapfanne** (Möhre, Vollkorn, Zucchini) mit **Rais** <sup>m, w</sup>

**Joghurt** <sup>m</sup> mit Kokosraspeln / Salat/Gemüse

### Mittwoch, 8. Juni 2016

- A** **Fischfilet Bordelaise** <sup>gv m</sup> (Seelachs mit Kräuterknute) mit **Zitronensoße** <sup>m, gv, w, w, w</sup> und **Vollkornreis** <sup>m, w, w, w, w</sup>
- B** **Paprikaquark** <sup>m</sup> mit **Kartoffeln** **Knackiger Eisbergsalat**

mit **Vinaigrette** <sup>m</sup> (Essig-Öl-Dressing) / Obst  
**Donnerstag, 9. Juni 2016**

- A** **Schmetterlingsnudeln** <sup>gv w</sup> mit **Pesto Rosso** (Pasta aus Ital. Kräuter, getr. Tomaten)

**Beerengrütze** mit Quarkhaube <sup>m</sup> / Salat / Gemüse

### Freitag, 10. Juni 2016

- A** **Grünkertaler** <sup>e gv, gv, w, w, w, w, w, w, w</sup> mit **Milch** <sup>m</sup> und **brauner Soße** <sup>sj, w</sup> und **Kartoffelpurée** <sup>m</sup>
- B** **Kohlzucchini-Eintopf** mit **Baguette** <sup>gv e, w, w, w</sup> **Schokopudding** <sup>m</sup> / Salat / Gemüse

## EINLADUNG

# ZUM TAG DER OFFENEN KÜCHE!

Bei LUNA in Spandau

- **Samstag**
- **25. Juni 2016**
- **11 bis 16 Uhr**



*nur für unsere Kunden*

Feier mit uns und freu dich auf ein tolles Programm für Groß und Klein. Werde zum Topfgucker und entdecke, woher dein Mittagessen kommt!

- Stündliche Küchenführungen
- Hüpfburg
- Viele Spiele zum Thema Ernährung und tolle Preise
- Preiskrönung des Tomatenzucht-Wettbewerbs
- Leckereien wie Maiskolben, Hot Dogs, Bratwürstchen und Salat- und Kuchenbuffet, begleitet von Kaffee und kalten Getränken – sei unser Gast


Wir freuen uns auf Deine/Ihre Anmeldung per Email an: [info@luna.de](mailto:info@luna.de), Stichwort: „Topfgucker“

Alle Informationen zum **„Tag der offenen Küche“**, zum Tomatenwettbewerb „Bester Gärtner der Stadt“, sowie eine Anfahrtsskizze erhaltet ihr auf der **LUNA Website** [www.luna.de](http://www.luna.de).

**LUNA VOLLWERT** - direkt neben dem Ikea Einrichtungshaus Gewerbehof 1-9 Eingang über Pichelswerder Str. 6, 13597 Berlin

S-Bahnhof Stresow oder Bus.M 45, Haltestelle: Teltower Str. (Berlin)



**Änderungen vorbehalten!** Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht: g=Gluten gw=Weizen - gr=Roggen - gg=Gerste - gh=Hafer - gd=Dinkel - gk=Kamut kr=Krebstiere - e=Ei - f=Fisch - n=Erdnuss sj=Soja - m=Vollmilch, Butter, Sahne - sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) - sl=Sellerie - sn=Senf - sm=Sesam - sd=Schwefeldioxid u. Sulphite - lu=Lupine - w=Weichtiere Kartoffeln, Nudeln, Mehl, Bulgur rais, Butter, Milch und Sahne sind gem. der Verordnung EG Nr 834/2007 Bio DE-ÖKO-070 

Alle Speisen können jedoch Spuren vorangegebener Allergene enthalten, grüne Deklaration weist an: Spuren in den Speisen hin (Herstellangaben)

LUNA unterstützt - Brot für die Welt:  Misereor

**Montag, 13. Juni 2016**

- A **Spätzle** mit Tomaten-Basilikum-Soße und Reibekäse
- B Veg. Schnitzel mit Veg. Schmitzel und Kartoffeln

**Obst / Salat/Gemüse**

**Dienstag, 14. Juni 2016**

- A **Chili con Carne** mit Fladenbrot
- B Backcamembert und Preiselbeersauce

**Tomaten-Gurken-Salat / Obst**

**Mittwoch, 15. Juni 2016**

- A **Geflügelbratwurst** mit Sauerkraut und Kartoffelpüree
- B **Paella** (span. Reisgericht mit Mais, Paprika, Erbsen)

**Kirsch-Quark / Salat / Gemüse**

**Donnerstag, 16. Juni 2016**

- A **Lachs in Zitronensoße** und Kräuterreis
- B **Spinat Lasagne** Möhren-Apfel-Salat / Obst

**Freitag, 17. Juni 2016**

- A **Brokkolicremesuppe** mit Baguette (frz Weißbrot)
- B **Tofufalter** mit und Pflirsichkompott

**Montag, 20. Juni 2016**

- A **Spirelli** mit Thymian-Wabzabose
- B **Gratinierter Blumenkohl** mit Kartoffeln

**Obst / Salat/Gemüse**

**Dienstag, 21. Juni 2016**

- A **Putegeschneitzeltes "Züricher Art"** mit Spätzle
- B **Kohlrabi-Grünkern-Topf** mit Kartoffeln

**Bunter Blattsalat**

**mit Joghurt-Kräuter-Dressing / Obst**

**Mittwoch, 22. Juni 2016**

- A **Gebratenes Seelachsfilet** mit fruchtiger Curryrahmsoße
- B **Quarkspeise** mit Beerenobst

**Donnerstag, 23. Juni 2016**

- A **Falafel** mit Fladenbrot
- B **Apfelmus**

**Freitag, 24. Juni 2016**

- A **Putensteak** mit Spitzkohlgemüse
- B **Erdbeerjoghurt**

**Montag, 27. Juni 2016**

- A **Mexikanische** (Gefüllte Paprika) mit Vollkornnudeln
- B **mit Spinat-Käse-Soße**

**Obst / Salat/Gemüse**

**Dienstag, 28. Juni 2016**

- A **Gemüsecurrys** mit Champignonsoße
- B **Nudelauflauf** dazu

**Möhrenrost mit Orange / Obst**

**Mittwoch, 29. Juni 2016**

- A **Senfeler** mit Finnenbaguette
- B **Reiscreme** mit Salat / Gemüse

**Donnerstag, 30. Juni 2016**

- A **Fischbuletts** mit Billaiole
- B **Paprikagemüse**

**Gurkensalat / Obst**

Alle „grün“ hinterlegten Komponenten sind gem. der VO (EG) Nr. 834/2007 Bio

S p e i s e p l a n



Vollwert-Catering

Gewerbehof 9 : 13597 Berlin  
Tel.: (030) 36 75 95 -0  
www.luna.de

**Juni 2016**

**Änderungen vorbehalten!** Deklaration, sofern Inhaltsstoff nicht aus der Beschreibung hervorgeht: g=Gluten gw=Weizen - gr=Roggen - gg=Gerste - gh=Hafer - gd=Dinkel - gk=Kamut kr=Krebstiere - e=EI - f=Fisch - n=Erdnuss sj=Soja - m=Vollmilch, Butter, Sahne - sc=Schalenfrüchte (Mandel, Haselnuss, Walnuss, Cashew, Pecannuss, Paranuss, Pistazie, Macadamianuss, Queenslandnuss) - sl=Seller - sn=Senf - sm=Sesam - sd=Schwefeldioxid u. Sulphy - lu=Lupine - w=Weichtiere Kartoffeln, Nudeln, Mehl, Bulgur, Reis, Mais, Soja, Milch und Sahne sind gem. der Verordnung (EG) Nr. 834/2007 Bio DE-ÖKO-070

LUNA unterstützt - Brot für alle Welt - S. Misserant