

# SENIOREN-MITTAGSTISCH

jeden Mittwoch 12:30 Uhr, mit monatlich wechselndem Angebot



## M E N U E P L A N

03. Juli 2024, 12:30 Uhr:

Gelbes Linsenpüree mit marinierten Ofen-Champignons

Dessert: Obstsalat

10. Juli 2024, 12:30 Uhr:

Pellkartoffeln mit Sauerkraut-Möhren-Topping und veganem Dill-Dip

Dessert: Zebrauchen

17. Juli 2024, 12:30 Uhr:

Vegane Königsberger Klopse in Kapernsoße, dazu Reis

Dessert: Zitronencreme

24. Juli 2024, 12:30 Uhr:

Verschiedene Salate und vegane Bratlinge

Dessert: Grießpudding mit Frucht-Soße

31. Juli 2024, 12:30 Uhr:

Gazpacho (spanische kalte Gemüsesuppe), Gemüse-Paella und Flan  
(spanisches Karamell-Dessert)

**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.

Wissenschaftsstadt  
Darmstadt



## QUARTIERLADEN

BINGER STR. 8b. DARMSTADT / POSTSIEDLUNG  
www.postsiedlung.de