

# F+F Kantine

## Wochenmenüplan

Mittagessen von 11<sup>30</sup> – 13<sup>30</sup> Uhr

◆ vegan ✱ glutenfrei ✱ laktosefrei

### Montag 25.08.25

---

Vorspeise

Wassermelonen-Gurkensalat mit Chili ◆✱

Hauptgang

Linsendahl, Gemüse mit Kokosraspel, Basmatireis, Papadam ◆✱

### Dienstag 26.08.25

---

Vorspeise

Tomaten-Pfirsichsalat ◆

Hauptgang

Laksa mit Reismudeln, Pak Choi & Shitakepilzen ◆✱

### Mittwoch 27.08.25

---

Vorspeise

Coleslaw ✱

Hauptgang

Vegi Hamburger mit Cheddar, Pickels, Broccoli & Bratkartoffeln

### Donnerstag 28.08.25

---

Vorspeise

Zucchettisalat mit Minze ◆✱

Hauptgang

Chili sin carne, Gewürzreis, Guacamole ◆✱

### Freitag 29.08.25

---

Vorspeise

Linsensalat mit Gurke ◆✱

Hauptgang

Kartoffeltortilla, Peperonata, Krautstiel ✱

#### Reservieren

Menü reservieren bis 11:30 Uhr per SMS  
an 078 264 72 00: Zeit, Anzahl Menüs, Name  
Tischreservation ab 4 Personen

#### Mieten

F+F Kantine für Anlässe buchbar – abends und am  
Wochenende, inkl. Catering & Zusatzräume:  
ffkantine.ch