

# F+F Kantine

## Wochenmenüplan

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

◆ vegan \* glutenfrei \* laktosefrei

### Montag 29.09.25

---

Vorspeise

Topinambursalat mit Orangen \* ◆

Hauptgang

Laksa mit Reismudeln, Pilzen & Pak Choi \* ◆

### Dienstag 30.09.25

---

Vorspeise

Apfel-Sellerieuppe \* ◆

Hauptgang

Gemüserösti mit Spiegelei und Schnittlauchöl \*

### Mittwoch 01.10.25

---

Vorspeise

Gemüsesuppe mit Ingwer \* ◆

Hauptgang

Blumenkohlcurry mit Cashewkernen, Randenchutney, Basmatireis \* ◆

### Donnerstag 02.10.25

---

Vorspeise

Blattsalat mit Apfel & Kernen ◆ \*

Hauptgang

Lasagne mit Kürbis, Krautstiel & Linsen, dazu Tomatenrahm

### Freitag 03.10.25

---

Vorspeise

Glasnudelsalat mit Erbsen & Erdnüssen ◆

Hauptgang

Süßsaure Aubergine, frittierte Austernseitlinge, Jasminreis ◆

#### Reservieren

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