

Anleitung

Kreuzt eine Basis an (Auswahl nur bei den Salaten) und alles, was ihr sonst noch dazu haben wollt. Wir richten euer Essen in Mehrwegbechern mit Deckel. Am Turniertag kommt einer aus eurer Gruppe und holt eure Bestellung am Essensstand ab.

Bestellung bitte bis Montag, 20.9. zurück an volti@aniol-haeuser.de

	Name											
250 ml Müsli - 3 €	Basis											
	Haferflocken											
	Beilagen											
	geriebener Apfel											
	gequetschte Banane											
	Nüsse											
	Milch											
	fettarmer Natur-Joghurt											

320 ml Salat vegan - 4 €	Basis											
	Nudeln											
	Reis											
	Couscous											
	Gemüse											
	Tomate											
	Salatgurke											
	Paprika											
	Karotte											
	Kohlrabi											
	Mais											
	schwarze Bohnen											
	+ 50 C	Mozarella + 50 Cent										
+ 1 €	gebratenes Huhn + 1 Euro											

zuzüglich 1 € Pfand für den Becher und 1 € Pfand für den Deckel