

Geöffnet  
montags bis donnerstags  
von 11:30 bis 19 Uhr und  
freitags von 11:30 bis 16 Uhr.  
Samstags, sonntags und  
an Feiertagen geschlossen.

*gabelessen*★

fein · frisch · gesund

### **Unsere Tagesempfehlung**

#### **am Montag, 19.03.2018:**

vegetarisch:

**Asia-Nudeln mit Gemüse, Soja  
und Frühlingsröllchen** 8,50 €

**Geschnetzeltes Hähnchenfilet in Zitronensauce  
mit Cherry-Tomaten und Pesto-Kartoffelpüree** 8,80 €

enthaltene Allergene

Gluten, Sellerie, Soja, Ei

Sellerie,  
Lactose, Schalenfrüchte

#### **am Dienstag, 20.03.2018:**

vegetarisch:

**Gnocchi mit Brokkoli, gehacktem Raddichio  
Cranberries, Walnüssen und Gorgonzola** 8,50 €

**Barbarie-Entenbrust mit Orangen-Pfeffersauce  
auf Kartoffel-Spitzkohlgemüse** 10,80 €

Sellerie, Lactose,  
Gluten, Schalenfrüchte

Sellerie, Lactose

#### **am Mittwoch, 21.03.2018:**

vegetarisch:

**Gemüse-CousCous mit Tomaten, Mozzarella  
und Pesto** 8,50 €

**Rinderhacksteak mit Pilzsauce, Bratkartoffeln  
und Gurkensalat** 8,80 €

Lactose, Sellerie,  
Gluten, Schalenfrüchte

Lactose, Gluten, Sellerie, Ei

#### **am Donnerstag, 22.03.2018:**

vegetarisch:

**Kartoffelgratin mit Balsamico-Gemüse  
und gehackten Tomaten** 8,80 €

**Spätzle mit Sauerkraut, gebratenen Mettwurstscheibchen  
und geriebenem Käse, dazu Salat** 8,60 €

Sellerie, Lactose

Sellerie, Lactose, Gluten, Ei

#### **am Freitag, 23.03.2018:**

vegetarisch:

**Parmesanreis mit Blattspinat, Champignons  
und Walnüssen** 8,50 €

**Pfannfisch mit Senfsauce, grünen Bohnen  
und Bratkartoffeln „untereinander“** 10,80 €

Lactose,  
Sellerie, Schalenfrüchte

Sellerie, Lactose, Gluten

#### **Unser Wochen-Extra:**

**Streifen vom kalten Putenbraten mit Bauernsalat**  
(Eisberg, Kidney-Bohnen, Paprika, Gurke, Tomate und Hirtenkäsewürfel)  
**dazu Rosmarinkartoffeln und Tzatziki** 7,90 €

Lactose

#### **Unsere wechselnde Suppe:**

**Tomaten-Paprikacrèmesuppe** 4,20 €

Sellerie, Lactose

#### **Unser wechselndes Dessert:**

**Kirsch-Sahne-Quark mit Schoko-Crossies** 3,00 €

Lactose, Gluten

Kurzfristige Änderungen vorbehalten

**Glockenspitze 29 · 47800 Krefeld**  
**02151 - 789 0748 · [www.gabelessen.de](http://www.gabelessen.de)**