

SPEISEPLAN

Vom 05. bis 11. Oktober 2026

Alle Angaben ohne Gewähr, alle Speisen auch zum Mitnehmen
 Tagesessen 10,50 €, mit Fleisch 11,50 €, mit Fisch 11,80 €,
 10er Karte für vegetarisches Essen 98 €

Wochengericht
 Hühnerfrikassee mit Reis
 Suppe oder Salat vom Buffet oder
 Nachtisch des Tages 13,60 Euro

Montag, 05.10.2026	Spaghetti mit Champignons und Frischkäsesauce Suppe oder Salat vom Buffet oder Rote Grütze mit Vanille-Sauce
Dienstag, 06.10.2026	Überbackene Schwarzwurzeln mit Petersilienkartoffeln Suppe oder Salat vom Buffet oder Mousse au Chocolat
Mittwoch, 07.10.2026	Chakalaka - Südafrikanischer Gemüse Eintopf mit Karotten, Paprika, Tomaten, weißen Bohnen und Bulgur Suppe oder Salat vom Buffet oder Apple Crumble
Donnerstag, 08.10.2026	Linsen mit Spätzle, wahlweise mit Saitenwürstle Suppe oder Salat vom Buffet oder Brombeerjoghurt
Freitag, 09.10.2026	Kein Mittagstisch Tapasbar mit COINDRA-Irish Folk Bitte reservieren!
Samstag, 10.10.2026	Spektrale_ Aktionstage für Frauen und Mädchen www.seegrasspinnerei.de/veranstaltung/spektrale/ 20.00 Uhr Seegras-Disco mit DJ Fatou u.a.
Sonntag, 11.10.2026	Spektrale-Aktionstage für Frauen und Mädchen www.seegrasspinnerei.de/veranstaltung/spektrale/

Reservierungen unter
 07022/2096-172 oder reservierung@tvfk.de oder
 unter <https://www.seegrasspinnerei.de/veranstaltungen>

SPEISEPLAN

Vom 12. bis 18. Oktober 2026

Alle Angaben ohne Gewähr, alle Speisen auch zum Mitnehmen
 Tagesessen 10,50 €, mit Fleisch 11,50 €, mit Fisch 11,80 €,
 10er Karte für vegetarisches Essen 98 €

Wochengericht
 Seelachsfilet auf Blattspinat,
 Weißweinsauce und Tagliatelle
 Suppe oder Salat vom Buffet oder
 Nachtisch des Tages 12,80 Euro

Montag, 12.10.2026	Mediterrane Reispfanne mit Parika, Zucchini, Tomaten und Schafskäse Suppe oder Salat vom Buffet oder Mandarinenjoghurt
Dienstag, 13.10.2026	Gebackener Camembert mit Farfalle-Ruccola-Salat Suppe oder Salat vom Buffet oder Creme Caramel
Mittwoch, 14.10.2026	Spinatspätzle mit Gorgonzolasauce Suppe oder Salat vom Buffet oder Schwarzwälder Kirschbecher
Donnerstag, 15.10.2026	Überbackener Rosenkohl mit Backkartoffeln Suppe oder Salat vom Buffet oder Pistazienkuchen
Freitag, 16.10.2026	Kein Mittagstisch Tapasbar mit Bernhard Amsberg – mit Liedern von Neil Young Bitte reservieren!
Samstag, 17.10.2026	Salsa-Party mit dem Seegras-Salsas-Team Tanzabend, Musik und Begegnung
Sonntag, 18.10.2026	11.00 denk.art-Philosophisches Cafe „Be water, my friend“ - Das Wasser als philosophischer Lehrmeister mit Andreas Mayer-Brennenstuhl

Reservierungen unter
 07022/2096-172 oder reservierung@tvfk.de oder
 unter <https://www.seegrasspinnerei.de/veranstaltungen>