

Speis'Plan KW 50

*Es bleibt spannend ... 4 x € 25,00 Einkaufs Gutscheine im biO Paradies
5 x 2 Tickets für den 04. Januar GAP UNPLUGGED
viele kleine feine Geschenke aus dem LADEN Sortiment
Unser LADEN Adventskalender geht in die zweite Woche ... es kann jeden treffen !*

*NEU im LADEN : Der ERNÄHRUNGSKOMPASS – und wieder aufgestockt, meine Bibel „The Secret“
Und weil es so viele Fragen rund um das Thema gab auch einige ausgewählte Ratgeber rund um das Thema Rauh Nächte
& Räuchern*

MO 10. Dezember

Suppe / Brot

€ 6,20

Pasta & Bollo (vegan)

€ 7,20

DI 11. Dezember

„Dienstags Suppe“ / Brot

€ 6,20

Quiche & Grünzeug

€ 7,20

MI 12. Dezember

Suppe / Brot

€ 6,20

Gefüllte Paprika (vegan & vegetarisch)
& Ofenkartoffeln

€ 7,20

DO 13. Dezember

Suppe am Donnerstag / Brot

€ 6,20

Spinatknödel, Ofenkürbis & Dip

€ 7,20

FR 14. Dezember

Suppe / Brot

€ 6,20

Kichererbsen Curry & Reis

€ 7,20

SA 15. Dezember

„Samstags Suppe“ / Brot

€ 6,20

Quiche & Grünzeug

€ 7,20

Liebe LADEN Freunde,

Ihr wundert Euch vielleicht, warum
hier nun nicht wie üblich die zweite Woche
„Speis Plan“ steht.

Wir haben uns kürzlich zusammengesetzt und
wieder einmal darüber gesprochen, wieviele
Lebensmittel leider immer noch
„entsorgt“ werden.

Wir im LADEN versuchen ja bekanntlich
diese, unsere Welt, immer ein Stückchen
besser zu machen und legen deswegen
schon immer grossen Wert auf biO & regional.

Wenn wir in der Zubereitungsmenge nicht ganz
richtig liegen, gibt es ja seit ner Weile auch
unser „Gut zum Gehn! – 50%“; heisst wir geben Euch
ab 17 Uhr „ÜbrigGebliebenes“ mit nach Hause, ihr
spart Euch Zeit & Geld und wir sind „restlos
glücklich“.

Und nun gehen wir eben einen Schritt weiter –
wir legen uns nicht mehr in der „Sorte“ der Suppe
fest – ihr wisst ja, fast alle unsere Suppen sind vegan
& glutenfrei, die Geschmacksrichtung allerdings
bleibt für Euch künftig jedoch eine Art
Überraschung. Fragt gern nach, wenn ihr neugierig
seid – wir wissen es ja dann doch zumindest am
Vortag schon :) und natürlich posten wir auch, was
das Zeug hält, damit alle informiert sind.

Genauso eben diese Woche auch nur eine Woche
Speis'Plan – saisonbedingt ist regionaler Einkauf
beim Gemüse momentan so einfach besser möglich.
DANKE für Eure Unterstützung hierbei & bis bald
im LADEN! Euer LADEN Team

DER LADEN 
natürlich gut

Chamonixstrasse 12 / Email: info@derladengap.de / Tel: GAP 945 30 40

Wenn Du magst, nehm ich Dich gerne in den Verteiler auf - schreib mir, und dann brauch ich
ZWEIMAL ein #JA von Dir, Du weißt ja, dem lieben Datenschutz sei Dank :)