

Foto- und Storystrecke „Der Grünlings“



Mein Bioladen mit Bistro (80 qm) liegt in der Dorfmitte Althengstetts (neben der Volksbank) und ich heiße Andrea Rühle. Den Laden betreibe ich schon seit 6 Jahren mit ganz wechselhafter Geschichte (momentan bin ich „Soloselbstständige“).

Im Laden: findet ihr ca. 800 Produkte
(ein Vollsortiment von Apfel bis Zahnseide)



Im Bistro: 25 gibt es Innen- und 12 Außenplätze und vegetarisch-vegane Küche (auf Vorbestellung alles auch glutenfrei).



Kinderplätzchen
und
LEIHBUCH-Regal





Vor Ostern und Weihnachten bieten wir Handgefilztes und Gedrechseltes
- und einen Oster- bzw. Weihnachtstisch.

Die Wochenkarte und derzeitige Obst- und Gemüseliste findet ihr unter
www.gruenling-ruefle.de

Wochenplan im Grünling vom 15. - 19.03.2021

Mo-Fr: Getreidebrot (grüner Senf) € 2,91 € 3,00
 Sa: Bio-Brötchen
 Dessert: Chia-Acker-DeSSERT mit Traube (glu/vegan) € 3,50

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Kartoffel-Brot	X	X	X	X	X	X
Blumenkohl-Suppe mit Nussweibeln	X	X	X	X	X	X
Linse mit Spinat und Rauhreif	X	X	X	X	X	X
Möhren-Bohnensuppe mit Zucchini und Linsen	X	X	X	X	X	X
Die-Frucht mit Salat	X	X	X	X	X	X
Selleriesuppe	X	X	X	X	X	X
Satzfleisch mit Salzkartoffeln und Salamaurste	X	X	X	X	X	X
Goldene-Bohnensuppe mit Bärlauchcreme	X	X	X	X	X	X
Gesundheitsbrot (Dinkel/Weizen) mit Kohlsalat	X	X	X	X	X	X
Wärm- und was-lich nach: gürschidige Reschidre (evtl. orufe)	X	X	X	X	X	X

Essensausgabe zum Mitnehmen von 12-13 Uhr oder nach Absprache
 >>> wir bitten um Vorbestellung

Preise bei Abholung (ggf. abgibt eigenes Gefäß)
 Suppe klein / groß 4,70 / 8,50 €
 Hauptgericht klein / groß 6,70 / 8,00 €
 Menü 1 x kleine Suppe & kleiner Hauptgang 10,50 €
 Menü-Mix 1 x klein & 1 x groß 12,00 €
 Menü groß große Suppe & großer Hauptgang 13,50 €

Der Grünling - Bio-Laden und Bistro
 74382 Althengstett, Hauptstr. 27
 07051/9666-583 - andreasgruenling@aol.de
 Inhaberin: Andrea Rofke
www.gruenling-ruefle.de | www.facebook.com/GruenlingRuefle
 Ab dem 01.01.21: Mo-Fr 10-14 • Mo-Di-Do-Fr 16-18 • Sa 10-13

Wochenplan im Grünling vom 15. - 19.03.2021

Mo-Fr: Getreidebrot (grüner Senf) € 2,91 € 3,00
 Sa: Bio-Brötchen
 Dessert: Chia-Acker-DeSSERT mit Traube (glu/vegan) € 3,50

Wochenausgabe zum Mitnehmen von 12-13 Uhr oder nach Absprache
 >>> wir bitten um Vorbestellung

Preise bei Abholung (ggf. abgibt eigenes Gefäß)
 Suppe klein / groß 4,70 / 8,50 €
 Hauptgericht klein / groß 6,70 / 8,00 €
 Menü 1 x kleine Suppe & kleiner Hauptgang 10,50 €
 Menü-Mix 1 x klein & 1 x groß 12,00 €
 Menü groß große Suppe & großer Hauptgang 13,50 €

AKTUELLES:



Die Bio-Schleck Eiszeit geht wieder los und die in Nepal gefilzten
Fingerpuppen sind (rechtzeitig vor Ostern) eingetroffen...

RUNDGANG im LADEN





Gewürze und Aufstrich



Haushalt



Körperpflege



Knabbern und Getränke



Knabbern und Nüsse-Früchte-Saaten



Küche

„Teeküche“

Sitzgemütlichkeit

