

Bioladen Momo
Hans-Böckler-Straße 1
53225 Bonn

Mail Abo / Laden:
abo@bioladen.com
info@bioladen.com



DE-ÖKO-013 Kontrollstelle
www.bioladen.com • momoshop.de

Lieferdienst 0228 54 90 70 -
mo+sa 9-13 di+do 19-21Uhr

Momo-Büro 46 27 65
Momo-Theke 54 90 73

Metzger Huth 47 83 39
Bistro Odeon 9737 9503

• Bioladen • Lieferdienst • Onlineshop • Biometzger • Bistro • 600 qm • 8000 Produkte • seit 1983 •

KW.16 | 13.-18.04.2020

Gemüse:	Mini (2,50 €)	Klein (5 €)	Groß (10 €)	XL (15 €)	XXL (20 €)
Kopfsalat, Bioland, Deutschland					1 Stk
Bärlauch, Bioland, Deutschland			1 Bd	1 Bd	1 Bd
Rote Bete samenfest, Demeter, Deutschland				1 Kg	1 Kg
Zwiebeln Gelb, Bioland, Deutschland		0,4 Kg	0,57 Kg	0,84 Kg	1 Kg
Zucchini, kbA, Spanien	0,17 Kg	0,4 Kg	0,65 Kg	0,85 Kg	0,85 Kg
Fenchel, kbA, Italien	0,35 Kg	0,35 Kg	0,6 Kg	0,6 Kg	1 Kg

Regionale Kiste: Kopfsalat, Bärlauch, Rote Bete samenfest, Zwiebeln Gelb

Obst:	Mini (2,50 €)	Klein (5 €)	Groß (10 €)	XL (15 €)	XXL (20 €)
Banane, kbA, Dom. Republik				1,34 Kg	1,34 Kg
Apfel Topaz, Bioland, Deutschland	0,37 Kg	0,74 Kg	0,89 Kg	1,5 Kg	1,5 Kg
Orangen Lane Late, Naturland, Spanien	0,36 Kg	0,72 Kg	1 Kg	1,07 Kg	1,5 Kg
Granatapfel, kbA, Peru			1 Stk	1 Stk	2 Stk

• Rezepte i.d.R. für vier Personen • 100% kontrolliert biologisch • lokal bevorzugt • Verbandsware bevorzugt • keine Flugware

Brote der Woche:



Siegsteig Brot (mit hellem Weizen-Anteil)

Zutaten: belebtes Wasser, **Roggen**,
Weizen 550, Buchweizen, **Grünkern**,
Leinsaat, Soja, Meersalz, Hefe, Mohn,
Roggennatursauer

500g
anstatt 3,19 €
2,69 €



Dinkel- Seele

Zutaten:
Wasser, Dinkelvollkornschrot,
Dinkelvollkornflocken, gekochte
Dinkelkörner, Meersalz
Sauerteig

1000g
anstatt 5,49 €
4,65 €

Keine Rezepte 🙄

Bitte sucht auf der momosite nach Passendem.

Tatsächlich arbeiten hier bei Momo und im Lieferdienst insgesamt 40 Menschen. Davon sind 3 Auszubildende, es gibt 2 ehemalige, die nur geringfügig angestellt sind, alle übrigen arbeiten im Schnitt über 30 Stunden. Oder auch über 40, das aber nicht im Schnitt, aber gefühlt 😊

-> bitte wenden ->

Hinzu kommen die KollegInnen im Bistro, die zur Zeit wenig zu tun haben. Es gibt food-to-go (oder aber auch Kuchen und Torten zu Ostersonntag und Ostermontag, die müssen unter 0176-6462 5801 bis Gründonnerstag 20 Uhr vorbestellt werden).

Und hinzu kommt das Quartett infernale unserer Biometzgerei, Huth aus Erfstadt, also insgesamt sind hier 50 (!) Leute am wirken- und manchmal frage ich mich, wo sind die alle? Alle fleißig! Fast alle Urlaubswünsche sind hintenangestellt worden, wegfahren geht ja eh nicht, können wir doch auch arbeiten. Und zwar mit richtig Überstunden.

Und trotzdem hinken wir dem Anspruch Tag für Tag hinterher. Ich bin übrigens der, der im Laden mit dem T-Shirt rumläuft auf dem steht "ICH BIN MIT DER GESAMTSITUATION UNZUFRIEDEN" und könnte damit einen neuen Geschäftszweig eröffnen, wenn denn Zeit dafür wäre.

Also, entschuldigt dass wieder keine Rezepte dabei sind, Ihr dürft auch weiterhin gerne online bestellen und weiterhin einkaufen kommen, es ist so wie es ist und es wird auch wieder normale Zeiten geben. Im Rückblick auf die Aktuellen mit sicherlich einem besseren, vernünftigeren Auge für die Geschehnisse.

Dann haben wir auch Zeit uns wieder mit Themen wie Atommüll, Erderwärmung, Trinkwasserverseuchung, Urwaldrodung, Überbevölkerung, Krieg, Hungersnot, Ethnologischer Säuberung, Reichsbürgern, Nationalisten, Populismus, Gier und Neid, Rohstoffausbeutung, Sklaverei, Egomane, Mikroplastik, Makroplastik, Müllbergen, Verschwendung, Vergeudung, fehlendem Respekt und Wertschätzung, Homophobie, Armut, Ungerechtigkeit, Bildung, Verkehr, Krisenmanagement, Gentechnik in der Landwirtschaft, Globalisierung, Pestiziden, zu beschäftigen. Ich freu mich jetzt schon.

Im Grunde bin ich Optimist.

Völlig untergegangen im Wirrwarr ist unser Jubiläum, denn Momo ist am letzten Sonntag 37 Jahre alt geworden. Am 29. März 1983 eröffnete der "Momo Naturkost- & Umweltladen" in der Friedrich-Breuer-Straße 35.

Bist Du jemand der/ die nun viel Zeit hast, sieh' nach auf bioladen.com unter Bioladen/ Archiv und lese mal den Text zum Jubiläum 2013, das trifft die Geschichte ziemlich gut. Oder aber auch den Film "Müsli-Helden", das sind 45 sehr kurzweilige Minuten, der Link zur Mediathek findest Du auf der bioladen.com- Startseite.

So, das ist mein Beitrag zur Gesundheit der Woche, ohne auch nur einmal das C-Wort erwähnt zu haben, statt Rezepte der Woche, denn Lachen ist unschlagbar was das angeht.

rheinisch-ökologisch:
der momo-raoul

-> feedback: raoul@bioladen.com