



Montag	Menü 1	Paneerkäse mit einem cremigen Blattspinat (1, 2, 12, 21) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 311 F: 9.5	E: 15.1 KH: 39.1
	Menü 3	Blumenkohlcremesuppe (1, 2, 12, 21) (Vorsuppe) (Bio - Salzkartoffeln), Eierkuchen (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus und Zucker und Zimt	kcal: 429 F: 18.5	E: 13.7 KH: 48.8
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Mörenrohkost mit einem Dip (12), Radieschen		
Dienstag	Menü 1	Spätzle (1, 2, 8) (Bio - Spätzle) mit einer Gorgonzolasauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren) Buttererbsen (12) (Bio - Erbsen) dazu geröstete Sonnenblumenkerne	kcal: 402 F: 10.8	E: 18.2 KH: 57.6
	Menü 2	Chili Con Carne (1, 2, 21) mit Geflügelhackfleisch mit Wurzelgemüse (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln Bio - Bulgur, Bio - Paprika, Bio - Mais, Bio - Tomaten) und Reis (Bio - Fairtrade - Reis) dazu geriebener Käse (12) und ein Soure Creme Dip (12)	kcal: 358 F: 10.7	E: 15.5 KH: 54.2
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Kohlrabirohkost, Bio Apfel		
Mittwoch	Menü 1	Geschnetzeltes mit vegetrischen Chunks in einem Spinatragout (1, 2, 11, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Spinat) und Reis (Bio - Fairtrade - Reis)	kcal: 344 F: 11.4	E: 16.3 KH: 48.4
	Menü 2	Gemüsesoljanka (1, 2, 12, 21, 22) (Bio - Paprika, Bio - Tomaten, Bio - Möhren, Bio - Kartoffeln, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren) dazu ein Sourcreme - Dip (12) und frisches Baguette (1, 2, 3, 4) (Bio - Baguette)	kcal: 317 F: 1.9	E: 4.2 KH: 22.6
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio Fairtrade Banane, Vanillejoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark)		
Donnerstag	Menü 1	Nudeln (1, 2) (Bio - Spirellies) mit einer Linsensauce (1, 2, 12, 21, 22) und geriebenem Käse (12)	kcal: 319 F: 11.4	E: 13.7 KH: 37.9
	Menü 3	Berliner Boulette (1, 2, 8) vom Schwein auf einer Zwiebeljus (1, 2, 12, 21) mit einem Mischgemüse und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 411 F: 13.3	E: 19.7 KH: 51.9
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Eisbergsalat mit Dressing (12), Birne		
Freitag	Menü 1	Mais - Lauchrösti (1, 2, 8, 12) auf einer cremigen Käsesauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) mit Möhren (12) (Bio - Möhren) und Reis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis)	kcal: 320 F: 10.8	E: 8.9 KH: 51.7
	Menü 2	Gedämpfter Wildlachs (1, 2, 9, 12, 21) in einer Zitronensauce (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln mit Möhren (Bio - Möhren) und Reis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis)	kcal: 408 F: 13.4	E: 21.1 KH: 55.2
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip (12), Bio - Kohlrabi Apfel - Zimtquark (12) (Bio - Apfel, Bio - Quark, Bio - Joghurt)		