

<b>Montag</b>			
Menü 3	Grüne Erbsencremesuppe (Bio - Gouda) (1, 2, 12, 21), Kaiserschmarrn (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus (28), Vanillesauce (12), Zucker und Zimt	kcal: 477 F: 21.8	E: 12.2 KH: 57.2
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Paprika - Frischkäse - Dip (12), Paprikarohkost, Möhrenrohkost, Radieschenrohkost		
<b>Dienstag</b>			
Menü 1	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudel)(1, 2) mit vegetarischer Pizzasauce (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Tomatenwürfel, Bio - Champignon, Bio - Paprikawürfel, Bio - Bulgur)(1, 2, 21, 26) und geriebenem Käse (Bio - Gouda)(12)	kcal: 389 F: 8.0	E: 13.4 KH: 61.4
Menü 2	Bulgurpfanne mit Gemüse (Bio - Bulgur, Bio - Möhre, Bio - Mais, Bio - Erbse, Bio - Paprikastreifen) (1, 2, 26) auf fruchtiger Tomatensauce (Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Zwiebel) (1, 2, 12, 21, 26) mit geriebenem Hirtenkäse (12)	kcal: 272 F: 6.4	E: 7.5 KH: 42.6
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurt - Dip (Bio - Joghurt)(12), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Wassermelone		
<b>Mittwoch</b>			
Menü 2	Minestrone mit Gemüse (Bio - Brechbohne, Bio - Zucchini, Bio - Zwiebel)(26) und Reis (Bio - Fairtrade Reis) dazu Baguette (Bio - Baguette)(1, 2, 3)	kcal: 170 F: 1.1	E: 5.5 KH: 36.7
Menü 3	Kartoffelgratin (Bio - Kartoffel, Bio - Gouda)(12, 26) mit Tomatensauce (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie) (1, 21, 2, 21, 26) und Möhrengemüse (Bio - Möhre)	kcal: 343 F: 22.5	E: 6.2 KH: 27.9
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Frischkäse - Dip mit Schnittlauch (12), Kokosjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) mit Cornflakes (Bio - Cornflakes) , Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Apfel		
<b>Donnerstag</b>			
Menü 1	Kartoffelstampf (Bio - Kartoffel)(12) mit Möhren - Blumenkohlgemüse in Zitronensauce (1, 2, 12, 21)	kcal: 192 F: 6.8	E: 5.3 KH: 26.1
Menü 2	Rinderkötbullar (Bio - Rindfleisch) auf Preiselbeerrahmsauce (1, 2, 12, 26) mit Erbsen (12) und Salzkartoffeln (Bio - Kartoffel)	kcal: 313 F: 15.7	E: 11.8 KH: 29.3
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Sour - Creme - Dip (12), Gemüserohkost		
<b>Freitag</b>			
Menü 1	Rahmkäse in Spinat (1, 2, 12, 21, 26) mit Kartoffelstampf (Bio - Kartoffel)(12)	kcal: 180 F: 6.6	E: 7.3 KH: 22.5
Menü 2	Seelachs - Gemüseragout in heller Dillsauce (1, 2, 9, 12, 21, 22) mit Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Gurkensalat	kcal: 186 F: 3.7	E: 10.8 KH: 25.7
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Aprikosenjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - quark)(12), Joghurt - Dip mit Schnittlauch (12), Gemüserohkost		