

Montag	Menü 3	Gemüsecremesuppe (Bio - Kartoffeln) (1, 2, 12, 21), Pancakes (1, 2, 8, 12) mit Heidelbeerkompott und Vanillesauce (12)	kcal: 603 F: 26.2	E: 13.0 KH: 76.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Saure Sahne Schnittlauch - Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Dienstag	Menü 1	Berliner Linseneintopf (1, 2, 21) mit Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23) (Bio - Vollkornbrot)	kcal: 219 F: 1.8	E: 9.0 KH: 35.4
	Menü 2	Spinatsauce (Bio - Gouda) (1, 2, 8, 12, 27) mit Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln) und geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda)	kcal: 416 F: 11.1	E: 15.5 KH: 62.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Basilikum - Dip (8, 12, 27), Sonnenblumenkerne		
Mittwoch	Menü 2	Tomatencremesuppe (1, 2, 12, 21) (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis), Croutons (1, 2) und Saure Sahne (12)	kcal: 219 F: 7.9	E: 4.3 KH: 30.3
	Menü 3	Möhren - Kartoffelgratin (12) (Bio - Kartoffel, Bio - Gouda, Bio - Möhre) mit Käsesauce (1, 2, 8, 12, 27) (Bio - Zwiebel, Bio - Gouda)	kcal: 339 F: 21.5	E: 8.4 KH: 27.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Sour Cream Dip (12), Sonnenblumenkerne, Vanillejoghurt (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Bio - Apfel		
Donnerstag	Menü 2	Hühnerfrikassee (1, 2, 12, 21) (Bio - Hähnchenfleisch) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 219 F: 6.4	E: 7.8 KH: 26.5
	Menü 3	Gurkenquark (12) mit Butter - Kartoffel (12) (Bio - Kartoffel), Leinöl und Möhrensalat	kcal: 228 F: 5.9	E: 9.3 KH: 32.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Hirtenkäse - Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Freitag	Menü 1	Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) mit Tomatensauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebel) und geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda)	kcal: 406 F: 9.1	E: 12.9 KH: 63.6
	Menü 2	Wildlachs in Gemüsecurry (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhre, Bio - Erbse, Bio - Blumenkohl, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie) mit Couscous (1, 2) (Bio - Couscous)	kcal: 400 F: 11.9	E: 20.0 KH: 50.5
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Frischkäse - Schnittlauch - Dip (12), Erdbeerjoghurt (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt, Bio - Erdbeeren), Bio - Fair Trade - Banane		