

<b>Montag</b>	Menü 3	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21) (Bio - Kartoffeln) 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: Sonnenblumenkerne, Kohlrabirohkost, Möhrenrohkost, Hirtenkäsedip (12)		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	Berliner Linseneintopf (1, 2, 21) (Bio - Kartoffeln) mit Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23)	kcal: 219 F: 1.8	E: 9.0 KH: 35.4
	Menü 3	Gemüseboulette (1, 2, 3, 8, 21) mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 12), Rotkohl (28) und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 271 F: 7.3	E: 7.3 KH: 40.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Paprikarohkost, Tomatenrohkost, , Ajvar - Dip (12)		
<b>Mittwoch</b>	Menü 1	Spirellies (1, 2) (Bio - Nudel) mit Napoli - Tomaten Sauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie) und geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda)	kcal: 382 F: 6.1	E: 12.6 KH: 67.3
	Menü 2	Tomatencremesuppe (1, 2, 12, 21) (Bio - Zwiebel, Bio - Möhren, 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
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Bio - Gurkenrohkost, Bio - Fair Trade Banane, Minze - Joghurt Dip (12) (Bio - Joghurt), Erdbeerioghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Erdbeere)		
<b>Donnerstag</b>	Menü 2	Hühnerfrikassee (1, 2, 12, 21) (Bio - Hähnchenfleisch, Bio - Champignon, Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Erbsen) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 231 F: 6.8	E: 8.7 KH: 27.3
	Menü 3	Gurkenquark (12) (Bio - Gurken)mit Butter - Kartoffeln (12) (Bio - Kartoffeln), Leinöl und Möhrensalat	kcal: 225 F: 5.9	E: 8.7 KH: 32.8
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Birne , Basilikumdip (8, 12, 27)		
<b>Freitag</b>	Menü 2	Wildlachs in Gemüsecurry (1, 2, 9, 21)mit Couscous (1, 2) (Bio - Couscous)	kcal: 395 F: 12.6	E: 20.4 KH: 47.2
	Menü 3	Soja - Nuggets (1, 2, 11) mit milder BBQ - Sauce, mexikanischem Bohnenragout (1, 2) und Gemüsereis (Bio - Fair Trade - Vollkornreis)	kcal: 797 F: 8.9	E: 12.7 KH: 43.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Gurkenrohkost, Radieschen, Mango - Curry Dip (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Waldbeerioghurt (12) (Bio - Beerenmix, Bio - Joghurt, Bio - Quark), Bio - Cornflakes		