

<b>Montag</b>	Menü 1	Eier in Senfsauce (1, 2, 8, 12, 21, 22) mit Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) und Buttermöhren (12)	kcal: 341 F: 18.4	E: 16.4 KH: 26.0
	Menü 2	Sojaschnitzel in Paprikarahmsauce (1, 2, 11, 12, 21, 26) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 236 F: 6.3	E: 9.9 KH: 32.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Basilikum Dip (8, 12, 27), Sonnenblumenkerne, Petersilie		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	Minestrone (Bio - Kartoffel, Bio - Brechbohnen, Bio - Zucchini, Bio - Zwiebel) mit Vollkornreis (Bio - Fair Trade - Vollkornreis) und Bio - Baguette (1, 2, 3)	kcal: 219 F: 1.7	E: 7.1 KH: 46.0
	Menü 2	Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudel) mit Tomaten - Pesto - Sauce (1, 2, 8, 12, 21, 26, 27, 28) (Bio - Paprika, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Gouda) und geriebenem Mozzarella (12)	kcal: 449 F: 15.7	E: 15.3 KH: 57.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio Möhrenrohkost, Bio Gurkenrohkost, Frischkäse - Dip(12), Bio Orange, Sonnenblumenkerne		
<b>Mittwoch</b>	Menü 2	Orientalischer Linseneintopf (21) mit Bio - Baguette (1, 2, 3) und Schnittlauchdip (12)	kcal: 197 F: 1.6	E: 10.7 KH: 35.3
	Menü 3	Grüne Bohnen mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 21) und Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 367 F: 19.7	E: 17.4 KH: 27.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Kohlrabirohkost, Rote - Beete - Dip (12, 26, 28) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Beerenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Beeren), Sonnenblumenkerne		
<b>Donnerstag</b>	Menü 2	Bio - Geflügelwiener (21) mit Linsenragout (1, 2, 12, 21, 26, 28) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebel), Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Petersilie	kcal: 279 F: 9.5	E: 12.8 KH: 33.0
	Menü 3	Kartoffelgratin (12) (Bio Kartoffeln, Bio - Gouda) mit Ratatouille Gemüse (1, 2, 21) ( Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Paprika, Bio - Ratatouille Gemüse)	kcal: 334 F: 19.7	E: 7.6 KH: 30.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio Tomatenrohkost, Bio Gurkenrohkost, Ajvar - Dip (12), Bio - Apfel, Sonnenblumenkerne		
<b>Freitag</b>	Menü 1	Magdeburger Bohnenragout (1, 2, 12, 21) mit Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 204 F: 8.5	E: 5.0 KH: 25.2
	Menü 2	Matjes (9, 12, 27) in Honig - Senfsauce (8, 12, 22, 28) (Bio - Joghurt, Bio - Milch) mit Mischgemüse und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 383 F: 20.5	E: 12.9 KH: 34.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Radieschenrohkost, Gurkenrohkost, Mango - Curry - Dip (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Pflaumenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Pflaume), Sonnenblumenkerne		