

| | | | | |
|-------------------|----------|---|----------------------|----------------------|
| Montag | Menü 3 | Maiscremesuppe (12, 21) (Bio - Kartoffeln) Kartoffelpuffer (1, 2, 8) mit Apfelmus, Zucker und Zimt | kcal: 276 F: 7.2 | E: 5.0 KH: 47.3 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Sonnenblumenkerne, Sour Cream - Dip (12) | | |
| Dienstag | Menü 2 | Joghurtfrischkäse Sauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) mit Nudel (1, 2) (Bio - Nudeln) und geriebenem Käse (Bio - Gouda) | kcal: 386 F: 5.8 | E: 13.5 KH: 67.9 |
| | Menü 3 | Butter - Kartoffeln (12) (Bio - Kartoffeln) mit Kräuterquark (12), Leinöl und Möhregemüse (Bio - Möhren) | kcal: 241 F: 5.1 | E: 13.9 KH: 33.3 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Sonnenblumenkerne, Frischkäsedip (12), Bio - Orangen | | |
| Mittwoch | Menü 1 | Vegetarische Pizzasauce (1, 2, 21) (Bio - Bulgur) mit milder Peperoni, Käse (12) (Bio - Gouda) und Nudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) | kcal: 395 F: 8.2 | E: 13.2 KH: 60.9 |
| | Menü 2 | Kürbiscremesuppe (1, 2, 12) mit Croutons (1, 2) und Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23) (Bio - Vollkornbrot) | kcal: 853 F: 18.6 | E: 20.3 KH: 128.6 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Radieschenrohkost, Sonnenblumenkerne, Ajvardip (12), Erdbeerrjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark)(12) | | |
| Donnerstag | Menü 1 | Schmorkohl in vegetarischen Bratensauce (1, 2, 21) mit Kartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) | kcal: 160 F: 1.5 | E: 4.3 KH: 27.0 |
| | Menü 2 | Herbstlicher Gemüseeintopf mit Bio - Geflügelfleisch (12, 21), Reis (Bio - Fair Trade Reis) und Bio - Baguette (1, 2) | kcal: 209 F: 2.8 | E: 9.1 KH: 37.2 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Eisbergsalat mit Mais und Zitronendressing (12), Sonnenblumenkerne | | |
| Freitag | Menü 2 | Seelachs in Steckrüben - Möhregemüse (1, 2, 9, 12, 21, 22) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Blumenkohl, Bio - Steckrübe) und Reis (Bio - Fair Trade Reis) | kcal: 193 F: 3.8 | E: 11.5 KH: 26.4 |
| | Menü 3 | Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) mit Erbsen - Maisgemüse (12) und Frischkäsesauce (1, 2, 12, 21) | kcal: 232 F: 8.7 | E: 6.8 KH: 30.1 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Sonnenblumenkerne, Hirtenkäsedip (12), Birnen - Nelken - Joghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark)(12), Bio - Fair Trade - Banane | | |