

<b>Montag</b>	Menü 1	Gekochte Eier (8) in Grüner Sauce (12) mit Kartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Möhren (Bio - Möhren)	kcal: 267 F: 10.4	E: 16.3 KH: 25.9
	Menü 3	Gemüsereispfanne (Bio - Fair Trade - Reis, Bio - Möhre, Bio - Erbse, Bio - Mais) mit Mojosauce (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Tomatenwürfel, Bio - Paprikastreifen)(1, 2, 21) geriebenem Hirtenkäse (12) und einem Joghurt - Dip (12)	kcal: 169 F: 2.0	E: 5.0 KH: 31.3
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Bio - Kohlrabirohkost, Kräuter - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Bio - Apfel		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	Steckrübencremesuppe (Bio - Steckrübe, Bio - Zwiebel, Bio - Möhre)(1, 2, 12) mit Bio - Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23) und Petersilie	kcal: 199 F: 8.4	E: 3.8 KH: 21.6
	Menü 2	Ricottakäsesauce (Bio - Möhre, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Tomatenwürfel)(12, 21) mit Nudeln (Bio - Nudel)(1, 2) und geriebenem Gouda (Bio - Käse)(12)	kcal: 382 F: 6.6	E: 13.6 KH: 65.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Sour Creme Dip (12), Sonnenblumenkerne, Bio - Fair Trade - Banane		
<b>Mittwoch</b>	Menü 2	Rahmspinat (1, 2, 12, 21) mit Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 186 F: 5.8	E: 5.7 KH: 27.0
	Menü 3	Buttermöhren (12) mit grüner Erbsensauce (Bio - Gouda)(1, 2, 12, 21) und Kartoffelstampf (Bio - Kartoffeln)(12)	kcal: 207 F: 8.0	E: 6.6 KH: 25.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Schnittlauch - Frischkäse - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Kokosjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12)		
<b>Donnerstag</b>	Menü 1	Böhmische Knödel (1, 2, 8, 12) mit Rahmsauce (1, 2, 12) und Rotkohl (28)	kcal: 383 F: 6.3	E: 10.8 KH: 66.0
	Menü 2	Bio - Geflügelboulette (1, 2, 12) mit Rahmsauce (1, 2, 12), Rotkohl (28) und Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 227 F: 5.1	E: 16.1 KH: 25.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Radischenrohkost, Joghurt dip mit Schnittlauch (12), Sonnenblumenkerne		
<b>Freitag</b>	Menü 1	Indischer Rahmkäse mit Currygemüse (1, 2, 12, 21) und Vollkornreis (Bio - Fair Trade - Vollkornreis) dazu Joghurt Minz Dip (Bio - Joghurt)(12)	kcal: 243 F: 6.4	E: 6.9 KH: 37.8
	Menü 2	Wildlachscurry (1, 2, 9, 21) mit Couscous (Bio - Couscous)(1, 2)	kcal: 401 F: 12.0	E: 20.1 KH: 50.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Hirtenkäsedip (Bio - Joghurt)(12) Sonnenblumenkerne, Waldbeeryoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark)(12) mit Bio - Cornflakes		