

Montag	Menü 2	Karotten - Blumenkohलगrout in Zitronensauce (1, 2, 12, 21) mit Kartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Petersilie	kcal: 174 F: 4.1	E: 4.7 KH: 27.7
	Menü 3	Türkische Linsensuppe (21), Kaiserschmarren (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus (28), Zucker und Zimt	kcal: 458 F: 14.8	E: 12.0 KH: 68.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Saure Sahne Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Dienstag	Menü 2	Champignonsauce (Bio - Zwiebel, Bio - Champignon, Bio - Gouda)(1, 2, 12) mit Kartoffelstampf (Bio - Kartoffeln)(12) und Butterbohnen (Bio - Zwiebel, Bio - Brechbohne)(12)	kcal: 214 F: 9.8	E: 6.3 KH: 24.4
	Menü 3	Mexikanisches Grillgemüse (Bio - Sellerie, Bio - Brechbohne, Bio - Mais, Bio - Paprikastreifen, Bio - Möhre)(12, 21, 28), mit Mojosaucе (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Tomatenwürfel, Bio - Paprikastreifen)(1, 2, 21), Reis (Bio - Fair Trade - Reis) und Hirtenkäse (12)	kcal: 197 F: 4.1	E: 7.0 KH: 30.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Frischkäse - Schnittlauch - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Bio - Apfel		
Mittwoch	Menü 1	Polentatasche gefüllt mit Spinat (1, 2, 8, 11, 12, 21, 22) mit Mischgemüse in Käsesauce (Bio - Gouda) (1, 2, 12, 21) und Vollkornreis (Bio - Fair Trade - Vollkornreis)	kcal: 312 F: 12.7	E: 7.1 KH: 41.1
	Menü 3	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudeln) (1, 2) mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 12) und Erbsen (12)	kcal: 350 F: 10.2	E: 11.6 KH: 44.8
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Radieschenrohkost, Joghurt - Dip mit Schnittlauch (Bio - Joghurt)(12), Sonnenblumenkerne, Pflirsichjoghurt(Bio - Quark, Bio - Joghurt)(12)		
Donnerstag	Menü 1	Hausgemachter Kartoffel - Broccoli Auflauf mit Gouda überbacken (Bio - Kartoffeln, Bio - Brokkoli, Bio - Gouda)(12) und Tomatensauce (Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Tomatenwürfel)(1, 2, 21)	kcal: 260 F: 14.6	E: 7.2 KH: 23.8
	Menü 2	Chili Con Carne (Bio - Rinderhackfleisch, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Mais, Bio - Paprikastreifen)(1, 2, 6, 21) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis), Sourcreme Dip (12) und Nachos	kcal: 234 F: 6.3	E: 8.0 KH: 32.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Hirtenkäse - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Bio - Orangen		
Freitag	Menü 1	Vegetarische Currywurst (1, 2, 11, 21) mit Kartoffelecken und Mischgemüse	kcal: 363 F: 12.4	E: 11.8 KH: 44.3
	Menü 2	Kabeljauфриkadelle (1, 2, 9, 12, 22) mit Remoulade (Bio - Joghurt) (8, 12, 22, 28), Erbsen (12) und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 1182 F: 117.5	E: 5.6 KH: 27.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Basilikum - Dip (8, 12, 27), Sonnenblumenkerne, Kirsichjoghurt (Bio - Sauerkirschen) Bio - Quark, Bio - Joghurt(12)		