

Montag	Menü 1	Nudeln (Bio - Nudel)(1, 2) mit vegetarischer brauner Sauce (Bio - Zwiebel, Bio - Champignon)(1, 2, 12) und Erbsen (Bio - Erbse)(12)	kcal: 365 F: 5.0	E: 12.2 KH: 62.0
	Menü 3	Indischer Rahmkäse in Rahmspinat (Bio - - - Möhre, Bio - Gouda, Bio - Spinat)(1, 2, 12, 21) mit Salzkartoffeln (Bio - Kartoffel)	kcal: 167 F: 3.8	E: 6.8 KH: 25.5
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Apfel, Schnittlauch - Frischkäse - Dip (12).		
Dienstag	Menü 1	Gemüse - Linsencurry (Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Paprikastreifen, Bio - Blumenkohl, Bio - erbse, Bio - Mais)(1, 2, 21) mit Vollkornreis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis) und einem Joghurdip (12)	kcal: 288 F: 9.7	E: 8.0 KH: 39.9
	Menü 2	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudel)(1, 2) mit Tomatensauce (Bio - - Sellerie, Bio - Möhre)(1, 2, 12, 21) und geriebenem Käse (Bio - Gouda)(12)	kcal: 405 F: 9.1	E: 12.9 KH: 63.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurdip (12), Bio - Gurkenrohkost, Bio - Möhrenrohkost, Bio - Wassermelone,		
Mittwoch	Menü 1	Süß - Saures Kürbisragout (1, 2, 12, 21) mit Kartoffelstampf (Bio - Kartoffel)(12)	kcal: 170 F: 5.9	E: 4.7 KH: 23.2
	Menü 2	Kartoffelcremesuppe (mit Möhrenstiften)(Bio - Kartoffel)(1, 2, 12, 21) mit Bio - Baguette (1, 2, 3) und Petersilie	kcal: 262 F: 9.3	E: 6.9 KH: 40.3
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Vanillejoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12), Saure Sahne Dip (12)		
Donnerstag	Menü 2	Bolognese vom Rind (Bio - Rinderhackfleisch)(1, 2, 6, 21) mit Nudeln (Bio - Nudel)(1, 2) und geriebenem Käse (Bio - Gouda)(12)	kcal: 377 F: 5.7	E: 14.1 KH: 63.5
	Menü 3	Karotten Tandoori (1, 2, 12, 21) mit Couscous (Bio - Couscous)(1, 2) und einem Joghurdip (12)	kcal: 329 F: 6.1	E: 9.6 KH: 53.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurdip (12), Rohkost		
Freitag	Menü 2	Wildlachs - Gemüsecurry (1, 2, 9, 21) mit Couscous (Bio - Couscous)(1, 2)	kcal: 412 F: 12.8	E: 20.9 KH: 50.4
	Menü 3	Mexikanisches Pfannengemüse in Paprikasauce 81, 2, 21) mit Reis (Bio - Fairtrade - Parboiled - Reis) und geriebenem Hirtenkäse (12)	kcal: 193 F: 3.5	E: 6.7 KH: 31.9
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Pflirsichjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12), Joghurdip (Bio - Joghurt)(12),		