

Montag				
Menü 2	Ricotta - Tomatensauce (Bio - Möhre, Bio - Zwiebel, Bio - - Tomatenwürfel)(12, 21) mit Nudeln (Bio - Nudel)(1, 2) und geriebenem Gouda (Bio - Gouda)(12)	kcal: 382 F: 6.6	E: 13.6 KH: 65.4	
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Saure Sahne Dip (12), Bio - Möhrenrohkost, Bio Kohlrabirohkost, Bio - Apfel			
Dienstag				
Menü 1	Möhreneintopf (1, 2, 12, 21) mit Bio - Baguette (1, 2, 3) und Petersilie	kcal: 169 F: 4.8	E: 4.9 KH: 29.1	
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Schnittlauch - Frischkäsedip (12), Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Radieschenrohkost			
Mittwoch				
Menü 1	Nudelaufbau "Carbonara" Vollkorn - Spirelli mit Tofu (Bio - Vollkornnudel, Bio - Tofu)(1, 2, 11, 12, 21) und Käsesauce (Bio - Gouda)(1, 2, 8, 12, 27)	kcal: 229 F: 17.8	E: 9.5 KH: 7.4	
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurt - Dip (Bio - Joghurt)(12), Pflaumenjoghurt mit Zimt (Bio - Quark, Bio - Joghurt)(12), Paprikarohkost, Möhrenrohkost			
Donnerstag				
Menü 1	Gemüsereispfanne (Bio - Fairtrade - Reis) mit Mojosauc (1, 2, 21) und geriebenem Hirtenkäse (12)	kcal: 196 F: 4.4	E: 6.3 KH: 31.3	
Menü 2	Bio - Geflügelwieners mit Linsenragout (1, 2, 21, 26, 28), Salzkartoffeln (Bio - Kartoffel) und Petersilie	kcal: 272 F: 9.3	E: 11.6 KH: 33.4	
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Hirtenkäsedip (12), Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Kohlrabirohkost			
Freitag				
Menü 1	Tomatencremesuppe (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie)(1, 2, 12, 21) mit Reis (Bio - Fairtrade - Reis), Croutons (1, 2) und Saurer Sahne (12)	kcal: 220 F: 8.0	E: 4.3 KH: 32.0	
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurt - Dip (Bio - Joghurt)(12), Vanillejoghurt (Bio - Quark, Bio - Joghurt)(12), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Apfel			