

Montag			
Menü 2	Berliner Kartoffeleintopf (Bio - Kartoffel)(1, 2, 12, 21) mit Vollkornbrot (Bio - Vollkornbrot)(1, 3, 4, 5, 23)	kcal: 195 F: 3.1	E: 4.7 KH: 34.1
Menü 3	Sojaschnetzel in Paprikarahmsauce (Bio - Sojaschnetzel) (1, 2, 11, 12, 21, 26, 43) mit Couscous (Bio - Couscous)(1, 2)	kcal: 380 F: 8.0	E: 15.4 KH: 58.0
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Sauerrahm - Dip mit Dill (12), Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost		
Dienstag			
Menü 2	Nudeln (Bio - Nudeln)(1, 2) mit Rinderbolognese (Bio - Rindfleisch) (1, 2, 6, 21, 26) und geriebenem Gouda (12)	kcal: 414 F: 7.5	E: 14.6 KH: 70.2
Menü 3	Gemüselinsencurry (1, 2, 21, 26) mit Reis (Bio - Fairtrade - Reis)	kcal: 265 F: 9.3	E: 7.6 KH: 36.4
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Schnittlauch - Frischkäse - Dip (12), Möhrenrohkost, Radieschenrohkost		
Mittwoch			
Menü 2	Matjes (9, 12, 27) in Remouladensauce (Bio - Joghurt, Bio - Apfelwürfel) (8, 12, 22, 28) mit grünen Bohnen (Bio - Zwiebel, Bio - Brechbohne)(12) und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 374 F: 23.7	E: 9.6 KH: 29.2
Menü 3	Bulgurgemüsepfanne (Bio - Bulgur, Bio - Möhre, Bio - Mais, Bio - Erbse, Bio - Paprikastreifen))(1, 2, 26) mit Tomatensauce (Bio - Möhre, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Paprikastreifen, Bio - Tomatenwürfel) (1, 2, 12, 21, 26) und Hirtenkäse (12)	kcal: 271 F: 6.7	E: 8.3 KH: 40.6
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurt - Dip (Bio - Joghurt)(12), Bio - Gurkenrohkost, Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Apfel		
Donnerstag			
Menü 1	Karotten - Blumenkohlragout in Zitronensauce (1, 2, 12, 21), mit Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 177 F: 3.9	E: 4.8 KH: 29.2
Menü 3	Gemüsecremesuppe (Bio - Kartoffelwürfel) (1, 2, 12, 21), Milchreis (Bio - Rundkornreis) (1, 2, 12) mit Apfelmus (28), Zucker und Zimt	kcal: 342 F: 11.5	E: 7.5 KH: 51.4
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Sour - Creme - Dip (12), Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Kokosjoghurt (Bio - joghurt, Bio - Quark)(12)		
Freitag			
Special	Sonderveranstaltung	kcal: 0 F: 0.0	E: 0.0 KH: 0.0
Special	Sonderveranstaltung	kcal: 0 F: 0.0	E: 0.0 KH: 0.0