

| | | | |
|-------------------|--|----------------------|---------------------|
| Montag | | | |
| Dienstag | | | |
| Menü 1 | Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln) mit eine Käsesauce (1, 2, 8, 12, 27) (Bio - Gouda) dazu ein Mischgemüse (Erbsen, Möhren) und geriebenem Bio - Gouda (12) | kcal: 441 F: 12.1 | E: 16.8 KH: 64.3 |
| Menü 2 | Hähnchengyros mit buntem Gemüse (12) (Blumenkohl, Möhren, Erbsen, Bohnen, Paprika, Mais) mit Tzaziki (12) und gelbem Reis (Bio - Fair Trade Reis) | kcal: 269 F: 7.4 | E: 21.1 KH: 28.4 |
| Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabi Rohkost | | |
| Mittwoch | | | |
| Menü 1 | FrISChe Buttermöhren (12) mit einer Frischkäse - Kräutersauce (1, 2, 12, 21) dazu Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) | kcal: 215 F: 7.0 | E: 4.7 KH: 31.0 |
| Menü 2 | Serbisches Bohnen - Gemüseragout (1, 2, 12) (Bio - Kartoffelwürfel) mit Gemüsereis (Bio - Fair Trade Reis), Saure Sahne - Dip (12) | kcal: 223 F: 4.8 | E: 8.7 KH: 32.3 |
| Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Zitronendressing (12) (Bio - Joghurt), Eisbergsalat mit Mais, Beerenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark) | | |
| Donnerstag | | | |
| Menü 1 | Sojaschnitzel in einem milden Gemüseragout (1, 2, 11, 12, 21) (Bio - Sojaschnitzel) mit Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) und Schnittlauch | kcal: 210 F: 8.0 | E: 7.2 KH: 25.4 |
| Menü 2 | Hähnchenschnitzel (1, 2, 8) mit einer Bratensauce (1, 2, 21), Erbsengemüse (12) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) | kcal: 293 F: 7.0 | E: 16.7 KH: 38.6 |
| Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Gemüsedip (12), Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Bio - Apfel | | |
| Freitag | | | |
| Menü 1 | Fruchtige Tomaten - Ricotta - Sauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie) mit Vollkorn - Spirellies (1, 2) (Bio - Nudeln) geriebener Bio - Gouda (1, 2) | kcal: 405 F: 9.7 | E: 13.9 KH: 61.4 |
| Menü 2 | Wildlachscurry (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Erbsen, Bio - Blumenkohl) mit Bulgur Gemüsepfanne (1, 2) (Bio - Bulgur, Bio - Paprika, Bio - Erbsen, Bio - Mais, Bio - Möhren) | kcal: 313 F: 12.4 | E: 17.1 KH: 30.4 |
| Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Hirtenkäsedip (12), Vanillejoghurt (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Bio - Cornflakes, Bio - Fair Trade Banane, Bio - Gurkenrohkost | | |