

Montag	Menü 2	Rahmpolenta (Bio - Maisgrieß)(12) mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 12) und Mischgemüse	kcal: 273 F: 15.1	E: 8.5 KH: 20.2
	Menü 3	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21), Milchreis (Bio - Rundkornreis)(12) mit Apfelmus (28) Zucker und Zimt	kcal: 352 F: 11.9	E: 7.7 KH: 53.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Sour Creme Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Dienstag	Menü 2	Gurkenquark (12) mit Butter - Kartoffel (12), Leinöl und Möhregemüse (12)	kcal: 213 F: 6.7	E: 8.7 KH: 27.7
	Menü 3	Gemüseboulette (1, 2, 3, 8, 21) mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 12), Rotkohl (28) und Kartoffeln (Bio - Kartoffel)	kcal: 247 F: 6.7	E: 6.6 KH: 37.1
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkensalat, Tomatenrohkost, Joghurt - Kräuter - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Apfel		
Mittwoch	Menü 1	Vollkornnudeln (Bio - Nudel)(1, 2) mit Spinatsauce (Bio - Zwiebel, Bio - Spinat)(1, 2, 8, 12, 27) und geriebenem Gouda (12)	kcal: 414 F: 13.9	E: 14.9 KH: 53.7
	Menü 2	Hühnerfrikassee (Bio - Hühnerfleisch, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Erbse, Bio - Champignon)(1, 2, 12, 21) mit Vollkornreis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 246 F: 6.3	E: 8.5 KH: 32.6
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Schnittlauch - Frischkäse - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Pfirsichjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Pfirsich) (12), Bio - Wassermelone		
Donnerstag				
Freitag	Menü 2	Matjes (9, 12, 27) mit Remouladensauce (Bio - Joghurt)(8, 12, 22, 28), grünen Bohnen und Kartoffeln (Bio - Kartoffel)	kcal: 439 F: 30.4	E: 9.4 KH: 30.0
	Menü 3	Soja Nuggets (1, 2, 11) mit milder BBQ - Sauce, Mexikanischen Bohnenragout (1, 2) und Gemüsereis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 761 F: 8.6	E: 11.8 KH: 37.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Saure Sahne Dip (12), Sonnenblumenkerne, Kokosjoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12)		