

Montag				
	Menü 1	Eier (8) in Senfsauce (1, 2, 12, 21, 22) mit Kartoffelstampf (Bio - Kartoffeln)(12) und Buttermöhren (12)	kcal: 314 F: 16.3	E: 13.9 KH: 26.5
	Menü 3	Rote Beete Bratling (1, 2) mit Möhren und Blumenkohl in Zitronensauce (1, 2, 12, 21) dazu Couscous (Bio - Couscous)(1, 2)	kcal: 345 F: 10.2	E: 14.3 KH: 46.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabi Rohkost, Sauerrahm - Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Dienstag				
	Menü 1	Minestrone (Bio - Kartoffelwürfel, Bio - Brechbohnen, Bio - Zucchini, Bio - Zwiebel) mit Vollkornreis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis) und Bio - Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23)	kcal: 193 F: 1.6	E: 5.0 KH: 36.0
	Menü 2	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudel)(1, 2) mit Tomaten - Pesto - Sauce (Bio - Paprikastreifen, Bio - Tomatenwürfel, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie)(1, 2, 8, 12, 21, 26, 27, 28) und geriebenem Gouda (12)	kcal: 427 F: 16.1	E: 14.2 KH: 52.5
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Sour Cream Dip (12), Möhrensalat (Bio - Möhren), Sonnenblumenkerne, Bio - Orangen		
Mittwoch				
	Menü 2	Berliner Kartoffeleintopf (Bio - Kartoffelwürfel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel)(1, 2, 12, 21) mit Bio - Baguette (1, 2, 3) und geschnittener Petersilie	kcal: 189 F: 4.0	E: 5.4 KH: 33.8
	Menü 3	Grüne Bohnen (Bio - Zwiebel, Bio - Brechbohne)(12) mit brauner Sauce (Bio - Zwiebel, Bio - Champignon)(1, 2, 12) und Kartoffelstampf (Bio - Kartoffel)(12)	kcal: 208 F: 7.9	E: 5.5 KH: 24.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Tomatenrohkost, Bio - Gurkenrohkost, Basilikum - Dip (8, 12, 27) Sonnenblumenkerne, Erdbeeryoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark)(12), Bio - Cornflakes		
Donnerstag				
Freitag				