

Montag			
Menü 2	Rahmpolenta (12) mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 12) und Mischgemüse	kcal: 306 F: 17.4	E: 8.8 KH: 27.2
Menü 3	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21), Milchreis (12) mit Apfelmus (28), Zucker und Zimt	kcal: 355 F: 11.9	E: 7.8 KH: 53.8
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Joghurt - Dip (12), Gurkenrohkost, Paprikarohkost, Möhrenrohkost		
Dienstag			
Menü 2	Carbonara mit geräuchertem Tofu (1, 2, 11, 12, 21), Nudeln (1, 2) und geriebenem Käse (12) dazu ein Gurkensalat	kcal: 503 F: 16.7	E: 17.8 KH: 68.6
Menü 3	Gemüseboulette (1, 2, 3, 8, 21) mit vegetarischer brauner Sauce (1, 2, 12), Rotkohl (28) und Kartoffeln	kcal: 247 F: 6.6	E: 6.4 KH: 40.1
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Sour Creme Dip (12), Gurkenrohkost, Tomatenrohkost		
Mittwoch			
Menü 1	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudel) (1, 2) mit "Napoli" Tomaten Sauce (Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Zwiebel) (1, 2, 12, 21) und geriebenem Gouda (Bio - Gouda) (12)	kcal: 420 F: 8.5	E: 13.6 KH: 67.7
Menü 3	Berliner Linseneintopf (Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Linsen, Bio - Kartoffeln) (1, 2, 12) mit Vollkornbrot (Bio - Vollkornbrot) (1, 3, 4, 5, 23) und Petersilie	kcal: 240 F: 1.8	E: 11.1 KH: 40.0
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Hirtenkäse - Dip (12), Brombeerrjoghurt (Bio - Waldbeeren, Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12), Bio - Apfel, Bio - Möhrenrohkost		
Donnerstag			
Menü 2	Hühnerfrikassee (Bio - Hähnchenfleisch, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Möhre, Bio - Erbse, Bio - Champignon) (1, 2, 12, 21) mit Langkornreis (Bio - Fairtrade - Reis) und Petersilie	kcal: 223 F: 6.4	E: 8.3 KH: 27.6
Menü 3	Gurkenquark (Bio - Gurken) (12) mit Butter - Kartoffel (Bio - Kartoffel) (12), Leinöl und Möhregemüse (Bio - Möhre) (12)	kcal: 199 F: 4.9	E: 8.2 KH: 28.9
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Paprika - Frischkäse - Dip (12), Bio - Fairtrade - Banane, Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost		
Freitag			
Menü 2	Seelachsbohneneintopf (1, 2, 9, 21) auf Couscous (1, 2)	kcal: 313 F: 4.1	E: 12.0 KH: 54.1
Menü 3	Soja Nuggets (1, 2, 11) mit milder BBQ - Sauce, Mexikanischen Bohnenragout (1, 2) und Gemüsereis	kcal: 772 F: 8.6	E: 11.8 KH: 41.7
Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sonnenblumenkerne, Saure Sahne Dip (12), Vanillejoghurt (Bio - Joghurt, Bio - Quark) (12), Paprikarohkost, Kohlrabirohkost		