



Montag	Menü 1	Linseneintopf (1, 2, 21) (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Linsen, Bio - Kartoffeln) mit Bio - Baguette (1, 2, 3) und frischer Petersilie	kcal: 248 F: 1.6	E: 13.2 KH: 46.3
	Menü 2	Butterbohnen (12) mit einer braunen Sauce (1, 2, 12) (Bio - Zwiebeln, Bio - Champignons) und Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 203 F: 7.2	E: 5.7 KH: 27.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäsedip mit Ajvar (12), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Bio - Apfel		
Dienstag	Menü 1	Bio - Knusperstange mit Spinat gefüllt (1, 2) auf einer Käsesauce (1, 2, 12, 21) mit Erbsen Möhrengemüse und Vollkornreis (Bio - Fair Trade Vollkornreis)	kcal: 422 F: 14.8	E: 9.8 KH: 60.6
	Menü 2	Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) dazu eine Carbonarasauce mit geräucherter Putenbrust (1, 2, 12, 21, 27, 28, 34) und geriebenem Käse (12) (Bio - Gouda)	kcal: 424 F: 12.9	E: 15.8 KH: 57.2
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Hirtenkäsedip (12), Möhrensalat, Paprikarohkost, Kohlrabi Rohkost		
Mittwoch	Menü 1	2 Semmelknödel (1, 2, 8, 12) in einer Rahmsauce (1, 2, 12) und einem Erbsengemüse (12)	kcal: 398 F: 12.4	E: 17.8 KH: 50.2
Donnerstag	Menü 2	saftiger Rindergulasch (1, 2, 12, 21) mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 228 kcal: 343 F: 5.9 F: 8.0	E: 11.6 E: 12.6 KH: 30.5 KH: 53.0
	Menü 1	Butterspätzle (1, 2, 8) mit frischen Möhren (Bio - Möhren) und einer grünen Erbsensauce (1, 2, 8, 12) (Bio - Zwiebel, Bio - Gouda)		
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Saure Sahne Dip mit Schnittlauch (12), Tomatenrohkost, Radieschen		
Freitag	Menü 2	Gedünstete Seelachswürfel mit Zitronensauce (Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - JulienneGemüse) (1, 2, 9, 12, 21) und Gemüsereis (Bio - Fair Trade Vollkornreis, Bio - Erbsen, Bio - Mais, Bio - Möhren) und feiner Dill	kcal: 223 F: 7.3	E: 8.0 KH: 29.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäse - Tomatendip (12), Gurkensalat (Bio - Gurken), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Schokoladenpudding (12), Bio - Orange		