

Montag	Menü 3	Maiscremesuppe (Bio - Kartoffeln) (12, 21), Grießbrei (12) (Bio - Weizengrieß) mit Kirschkompott (28), Zucker und Zimt	kcal: 349 F: 6.7	E: 10.4 KH: 60.3
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Sour Creme Dip (12), Sonnenblumenkerne		
Dienstag	Menü 2	Joghurtfrischkäse Sauce (1, 2, 12, 21) mit Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln) und geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda)	kcal: 386 F: 5.8	E: 13.5 KH: 67.9
	Menü 3	Butterkartoffel (12) (Bio - Kartoffeln) mit Kräuterquark (12), Möhrengemüse (12) und Leinöl	kcal: 237 F: 6.0	E: 13.5 KH: 30.3
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Radischenrohkost, Kräuterquark (12), Sonnenblumenkerne		
Mittwoch	Menü 1	Vegetarische Pizzasauce mit milder Peperoni (1, 2, 21) (Bio - Bulgur), geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda) und Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudel)	kcal: 395 F: 8.2	E: 13.2 KH: 61.0
	Menü 3	Rote Bete Bratling (1, 2) mit Blumenkohl - Möhrengemüse, Zitronensauce (1, 2, 12, 21) und Bulgur (1, 2, 22) (Bio - Bulgur)	kcal: 304 F: 10.1	E: 11.7 KH: 38.3
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Tomatenrohkost, Kohlrabirohkost, Basilikum - Dip (8, 12, 27), Sonnenblumenkerne, Vanillejoghurt (Bio - Quark, Bio - Joghurt) (12)		
Donnerstag	Menü 1	Schmorkohl in vegetarischer Bratensauce (1, 2, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Weißkohl, Bio - Möhre) mit Kartoffeln (Bio - Kartoffel)	kcal: 163 F: 1.5	E: 4.5 KH: 28.3
	Menü 2	Herbstlicher Gemüseintopf mit Reis, Geflügelfleisch (12, 21) (Bio - Fairtrade - Reis, Bio - Hähnchenfleisch, Bio - Sellerie, Bio - Erbse, Bio - Blumenkohl, Bio - Brechbohnen, Bio - Möhre, Bio - Zwiebel), Bio - Baguette (1, 2, 3) und Petersilie	kcal: 210 F: 2.7	E: 9.0 KH: 38.1
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Hirtenkäse - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Bio - Orange		
Freitag	Menü 1	Spätzle Auflauf (1, 2, 8, 12, 21) (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Gouda) mit Tomatensauce (1, 2, 21) (Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Sellerie, Bio - Tomatenwürfel)	kcal: 301 F: 9.2	E: 11.4 KH: 38.4
	Menü 2	Seelachs in Steckrüben - Möhrengemüse (1, 2, 9, 12, 21, 22) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Möhre, Bio - Blumenkohl, Bio - Steckrübe) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis)	kcal: 193 F: 3.8	E: 11.5 KH: 26.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Frischkäse - Schnittlauch - Dip (12), Sonnenblumenkerne, Birnenjoghurt mit Nelke (Bio - Quark, Bio - Joghurt) (12), Bio - Apfel		