



Montag	Menü 1	Milder Rahmkäse mit Spinat (1, 2, 12, 21) und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 165 F: 4.4	E: 4.9 KH: 25.4
	Menü 2	Paprikacremesuppe (1, 2, 12, 21), zwei Pancake (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus und Zucker und Zimt	kcal: 452 F: 14.2	E: 10.5 KH: 68.4
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Basilikum - Dip (8, 12, 27), Paprikarohkost, Möhrenrohkost		
Dienstag	Menü 1	Möhren - Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) mit einer Schnittlauchsauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Käse), Erbsen (12) und Sonnenblumenkerne	kcal: 228 F: 9.5	E: 8.5 KH: 24.8
	Menü 2	Chili Con Carne vom Rind (1, 2, 6, 21) mit Curry - Reis (Bio - Fair Trade Reis) Sauerrahm (12) und Nachos	kcal: 282 F: 6.4	E: 9.9 KH: 44.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Eisbergsalat mit Mais, Buttermilchdressing (12), Tomatenrohkost		
Mittwoch	Menü 1	Brühereis, bunter Gemüseeintopf mit Eierstich (8, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Erbsen, Bio - Blumenkohl, Bio - Bohnen, Bio - Möhre, Bio - Zwiebel) und Reis (Bio - Fair Trade Reis) und Petersilie	kcal: 166 F: 4.2	E: 5.6 KH: 25.3
	Menü 2	Falaffelbällchen auf einem Blumenkohlcurry (1, 2, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Blumenkohl), mit Reis (Bio - Fair Trade Reis) und einem Joghurt - Minze - Dip (12)	kcal: 373 F: 17.4	E: 9.7 KH: 43.2
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bohnensalat (Bio - Bohnen, Bio - Zwiebeln), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Fair Trade Banane, Bio - Schokoladenpudding (12)		
Donnerstag	Menü 1	Wirsingkohl - Rahmeintopf (1, 2, 12, 21) (Bio - Kartoffelwürfel) , dazu Bio - Vollkornbrot (1, 3, 4, 5, 23) und Petersilie	kcal: 181 F: 6.2	E: 4.7 KH: 23.1
	Menü 2	Hühnerfrikassee (1, 2, 12, 21) mit buntem Gemüse und Reis (Bio - Fair Trade Reis)	kcal: 344 F: 16.0	E: 14.0 KH: 35.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Basilikum - Dip (8, 12, 27), Kohlrabi Rohkost Paprikarohkost		
Freitag	Menü 1	Vollkornnudeln (Bio - Vollkornnudeln) mit einer Spinatkäsesauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Spinat, Bio - Emmentaler, Bio - Gouda), geriebenem Käse (12) (Bio - Gouda)	kcal: 431 F: 14.3	E: 15.4 KH: 56.5
	Menü 2	Wildlachscurry (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Erbsen, Bio - Blumenkohl) mit Vollkornreis (Bio - Fair Trade Vollkornreis)	kcal: 192 F: 13.6	E: 13.1 KH: 4.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Basilikum - Dip (8, 12, 27), Weißkohlsalat (Bio - Weißkohl), Bio - Gurkenrohkost, Bio - Apfel, Erdbeerejoghurt (12) (Bio - Erdbeeren, Bio - Quark, Bio - Joghurt)		