



<b>Montag</b>	Menü 1	Polentaauflauf (8, 12, 21, 22) (Bio - Maisgrieß) mit Kürbiskernen und Käse (Bio - Käse) überbacken auf einem leichten Maisgemüse (1, 2, 12, 21) a la creme	kcal: 307 F: 11.5	E: 9.3 KH: 40.5
	Menü 2	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21, 22) (Vorsuppe) (Bio - Käse, Bio - Kartoffeln), Grießbrei (1, 2) (Bio - Grieß) mit einer Pflaumensauce und Zucker und Zimt	kcal: 482 F: 13.2	E: 16.1 KH: 71.9
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Sour Cream Dip (12)		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	Kartoffelgemüseauflauf (12) (Bio - Kartoffeln, Bio - Sonnenblumenkerne, Bio - Möhren) mit Käse (Bio - Käse) überbacken, grüne Erbsensauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Käse, Bio - Erbsen) und einen Weißkohl (Bio - Weißkohl)	kcal: 309 F: 20.7	E: 9.6 KH: 20.9
	Menü 3	Berliner Boulette (1, 2, 8) vom Schwein mit Apfelrotkohl (Bio - Apfel, Bio - Rotkohl, Bio - Zwiebeln) einer Bratensauce (1, 2, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Poree, Bio - Knoblauch, Bio - Zwiebeln) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 387 F: 12.5	E: 18.2 KH: 49.6
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Möhrenrohkost, Bio Birne, Sour Cream Dip (12)		
<b>Mittwoch</b>	Menü 1	Berliner Kartoffelsuppe (1, 2, 12, 21, 22) mit Wurzelgemüse (Bio - Kartoffeln, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie) und Majoran dazu frischer Petersilie und Baguette (1, 2) (Bio - Baguette)	kcal: 228 F: 3.6	E: 7.1 KH: 40.8
	Menü 2	Gemüsesoljanka (1, 2, 12, 21, 22) süß sauer abgeschmeckt (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Kartoffeln, Bio - Paprika) mit Baguette (1, 2) (Bio - Baguette) und Saure Sahne (12)	kcal: 276 F: 2.4	E: 3.8 KH: 20.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio Fairtrade Banane, Sour Cream Dip (12), Schokoladenpudding (12) (Bio - Schokoladenpudding)		
<b>Donnerstag</b>	Menü 1	Serbisches Gemüse - Bohnenragout (1, 2, 12, 21) mit Gemüsereis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis)	kcal: 375 F: 14.8	E: 8.2 KH: 51.9
	Menü 2	Nudeln (1, 2) (Vollkornnudeln) mit einer Gorgonzolasauce (1, 2, 12, 21) mit frischen Champignons und einem Buttererbsengemüse (12) dazu geriebener Käse (12) (Bio - Käse)	kcal: 284 F: 14.5	E: 8.8 KH: 29.3
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Radieschen, Eisbergsalat und Zitronendressing (12)		
<b>Freitag</b>	Menü 1	Spirellies (1, 2) (Bio - Spirellies) mit einer cremigen Spinatsauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Spinat, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren) und geriebenem Käse (12) (Bio - Käse) dazu ein kleiner Gurkensalat (Bio - Gurken)	kcal: 264 F: 12.2	E: 10.1 KH: 27.9
	Menü 2	Seelachs in einer Senfsauce (1, 2, 9, 12, 21, 22) (Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Blumenkohl, Bio - Erbsen, Möhren) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) dazu frischer Dill	kcal: 246 F: 2.1	E: 14.5 KH: 40.8
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Sour Cream Dip (12) Vanille - Kirschjoghurt (12) (Bio - Qaurk, Bio - Joghurt, Bio - Kirschen)		