



Montag	Menü 1	Polentaauflauf (8, 12) (Bio - Polenta) mit Kürbiskernen und Käse überbacken (Bio - Käse) auf einem leichten Maisgemüse (1, 2, 12, 21) a la creme	kcal: 308 F: 11.3	E: 9.7 KH: 40.8
	Menü 2	Maiscremesuppe (1, 2, 12, 21, 22) (Vorsuppe), Grießbrei (1, 2, 12) (Bio - Grieß) mit einer Pflaumensauce und Zucker und Zimt	kcal: 483 F: 12.3	E: 16.1 KH: 74.2
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Frischkäsedip (12)		
Dienstag	Menü 1	Falaffelbällchen (1, 2, 8) mit einem Blumenkohl - Tomatenragout (1, 2, 21) dazu gelben Bulgur (1, 2, 21, 22) (Bio - Bulgur) und frischen Schnittlauch	kcal: 259 F: 4.5	E: 9.0 KH: 44.4
	Menü 3	Berliner Boulette (1, 2, 8) vom Schwein mit Apfelrotkohl einer Bratensauce (1, 2, 21) dazu Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 375 F: 12.1	E: 17.9 KH: 48.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Tomatenrohkost, Kohlrabirohkost, Frischkäsedip (12)		
Mittwoch	Menü 1	Berliner Kartoffelsuppe (1, 2, 12, 21, 22) mit Wurzelgemüse (Bio - Kartoffeln, Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) und Majoran dazu frische Petersilie und knackiges Baguette (1, 2) (Bio - Baguette)	kcal: 216 F: 4.7	E: 6.3 KH: 36.0
	Menü 2	Gemüsesoljanka (1, 2, 12, 21, 22) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Paprika, Bio - Tomaten, Bio - Möhren, Bio - Karoffeln) süß sauer abgeschmeckt mit Baguette (1, 2) (Bio - Baguette) und Saure Sahne (12)	kcal: 248 F: 2.2	E: 2.8 KH: 14.4
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost, Frischkäsedip (12), Bio - Apfel, Kokosjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark)		
Donnerstag	Menü 1	Serbisches Bohnen - Gemüseragout (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Tomaten, Bio - Paprika, Bio - Kartoffeln, Bio - Zucchini, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) mit Gemüsereis (Bio - Vollkorn - Fairtraderreis, Bio - Möhren, Bio - Mais, Bio - Erbsen) und geriebenem Hirtenkäse (12)	kcal: 379 F: 15.4	E: 9.7 KH: 53.1
	Menü 2	Nudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) mit einer Gorgonzolasauce (1, 2, 12, 21) mit frischen Champignons und Erbsen (Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie, Bio - Champignons, Bio - Erbsen, Bio - Käse) dazu geriebener Käse (12) (Bio - Käse)	kcal: 264 F: 13.2	E: 10.7 KH: 25.3
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Tomatenrohkost, Frischkäsedip (12), Bio - Fairtrade Banane		
Freitag	Menü 1	Zwei Eier (8) mit einem cremigen - Rahmspinat (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Spinat) dazu hausgemachten Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 273 F: 12.7	E: 15.8 KH: 22.8
	Menü 2	Seelachs - Currygemüseragout (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhren, Bio - Bohnen, Bio - Erbsen, Bio - Blumenkohl, Bio - Käse) mit Reis (Bio - Fairtrade - Reis)	kcal: 286 F: 6.5	E: 12.3 KH: 49.5
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Möhrenrohkost, Frischkäsedip (12), Kirschjoghurt (12) (Bio - Kirschen, Bio - Joghurt, Bio - Quark)		