

| | | | | |
|-------------------|----------|---|----------------------|---------------------|
| Montag | Menü 1 | Magdeburger Bohnenragout mit gelben und grünen Bohnen (1, 2, 12, 21) dazu Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Petersilie | kcal: 188 F: 5.6 | E: 4.4 KH: 28.0 |
| | Menü 2 | Kartoffelcremesuppe (1, 2, 12, 21) (Bio - Kartoffeln) (Vorsuppe) zwei Pancakes (1, 2, 8, 12) mit Apfelmus und Zucker und Zimt | kcal: 453 F: 13.9 | E: 10.7 KH: 69.5 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Saure Sahne Dip (12), Bio - Birne | | |
| Dienstag | Menü 1 | Mediterranes Gemüseragout (21) (Möhre, Paprika, Sellerie, Mais, Bohnen, Kidneybohnen) mit einer Mojosauce (1, 2, 21) und gelben Reis (Bio - Vollkorn Fair Trade Reis), Saure Sahne Dip (12) und geriebenem Hirtenkäse (12) | kcal: 248 F: 5.3 | E: 7.8 KH: 39.9 |
| | 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: 56.8 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Basilikum Dip (12), Chinakohlsalat mit Mandarindressing (12) | | |
| Mittwoch | Menü 1 | Bio - Knusperstange mit Tomate gefüllt (1, 2) auf einer Käsesauce (1, 2, 12, 21) mit Erbsen Möhengemüse und Vollkornreis (Bio - Fair Trade Vollkornreis) | kcal: 386 F: 12.3 | E: 9.5 KH: 57.6 |
| | Menü 2 | Omelette (8, 12) mit Rahmspinat (1, 2, 12, 21) und Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) | kcal: 226 F: 8.6 | E: 9.6 KH: 26.7 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Gemüsedip (12), Birnenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Birne) | | |
| Donnerstag | Menü 1 | Pastinaken - Möhre Eintopf (1, 2, 12, 21) (Bio - Kartoffeln) und Bio - Baguette (1, 2) dazu Petersilie | kcal: 178 F: 4.2 | E: 5.2 KH: 32.0 |
| | Menü 2 | saftiger Rindergulasch (1, 2, 12, 21) mit Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) | kcal: 221 F: 5.2 | E: 11.6 KH: 28.1 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Eisbergsalat mit Mais, Zitronendressing (12) (Bio - Joghurt), Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost | | |
| Freitag | Menü 1 | Butterspätzle (1, 2, 8) mit frischen Möhren (Bio - Möhren) und einer grünen Erbsensauce (1, 2, 8, 12) (Bio - Zwiebel, Bio - Gouda, Bio - Erbsen) | kcal: 327 F: 7.4 | E: 12.0 KH: 51.3 |
| | Menü 2 | Gedünstete Seelachswürfel mit Zitronensauce (Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Julienne Gemüse) (1, 2, 9, 12, 21) und Gemüsereis (Bio - Fair Trade Vollkornreis, Bio - Erbsen, Bio - Mais, Bio - Möhren) und feiner Dill | kcal: 192 F: 5.7 | E: 7.8 KH: 25.8 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Sauerrahm Dip mit Dill (12), Erdbeerjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Erdbeeren), Bio - Wassermelone | | |