

Montag				
	Menü 1	Maiskolben (12), Tomatenricottasauce (1, 2, 12, 21) mit Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Möhren (12)	kcal: 303 F: 8.2	E: 9.0 KH: 48.8
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäse - Schnittlauchdip (12) Kohlrabi Rohkost, Paprikarohkost		
Dienstag				
	Menü 2	Geflügelbolognese (1, 2, 6, 21, 28) mit Nudeln (1, 2,) (Bio - Nudeln) und geriebenem Käse (12) (Bio - Gouda)	kcal: 365 F: 4.5	E: 14.1 KH: 63.4
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Basilikumdip (12), Möhrenrohkost, Kohlrabi Rohkost, Gurkensalat		
Mittwoch				
	Menü 1	Kräuterquark (12) mit einem Möhrensalat, Butterkartoffeln (12) (Bio - Kartoffeln) und Leinöl	kcal: 244 F: 5.7	E: 12.9 KH: 33.7
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Ajvar Dip (12) Tomatenrohkost, Radieschenrohkost, Birnenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark)		
Donnerstag				
	Menü 1	Eier Omelette (8, 12) mit Rahmspinat (1, 2, 12, 21) (Bio - Spinat, Bio Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Möhren, Bio - Gouda) und Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln)	kcal: 226 F: 8.1	E: 11.2 KH: 26.1
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Sauerrahm Dip mit Schnittlauch, Bio - Gurkenrohkost, Bio - Möhrenrohkost, Bio - Orange		
Freitag				
	Menü 2	Seelachsfilet mit Bio - Tomate, Bio - Zucchini und Käse überbacken (1, 2, 8, 9, 12, 27) (Bio - Gouda) auf einem Letschogemüse (1, 2, 21, 26) (Bio - Paprika, Bio - Tomatenwürfel, Bio - Zwiebel, Bio - Möhren, Bio - Sellerie) und Gemüsereis (Bio - Fair Trade Vollkorn Reis, Bio - Möhren, Bio - Erbsen, Bio - Mais)	kcal: 199 F: 2.7	E: 12.2 KH: 30.0
	Vitalbar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäse - Schnittlauchdip (12), Bio - Tomatenrohkost, Kirschjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Kirschen, Bio - Quark), Bio - Fair Trade Banane		