



Montag	Menü 1	Kartoffel - Blumenkohlgratin (12) (Bio - Kartoffeln) mit einer Möhren - Käsesauce (1, 2, 12, 21) dazu geröstete Sonnenblumenkerne	kcal: 377 F: 23.1	E: 10.1 KH: 30.9
	Menü 2	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21, 22) (Vorsuppe) (Bio - Kartoffeln), Pancake (1, 2, 8, 12) mit Apfelmuß und Zucker und Zimt	kcal: 490 F: 15.0	E: 13.6 KH: 74.4
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost mit einem Dip(12), Kohlrabirohkost		
Dienstag	Menü 1	Zwei Eier (8) in einem Spinatgemüse (1, 2, 12, 21) und hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln)	kcal: 322 F: 16.0	E: 18.2 KH: 24.9
	Menü 2	Hähnchenstreifen (1, 2, 21) nach Balkan Art in einer Tomaten - Paprikasauce mit Gemüse - Reis (Bio - Fairtrade - Reis, Erbsen, Möhren, Mais)	kcal: 292 F: 6.1	E: 16.6 KH: 44.3
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Eisbergsalat mit einem Dressing(12), Radieschen, Birne		
Mittwoch	Menü 1	Nudelauf (1, 2, 12, 21) (Bio - Vollkornnudeln) mit buntem Gemüse und Käse überbacken dazu ein frischer Tomatensalat mit Schnittlauch	kcal: 302 F: 9.3	E: 11.2 KH: 42.0
	Menü 2	Paneer in einem Linsencurrygemüse (1, 2, 12, 21) mit Vollkornreis (Bio - Fairtrade - Vollkornreis)	kcal: 398 F: 13.1	E: 12.8 KH: 57.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Himbeerjoghurt(12)(Bio - Joghurt, Bio - Quark)		
Donnerstag	Menü 1	Knuspertasche (12) mit Frischkäse und Kräuter gefüllt auf einem Möhrengemüse (Bio - Möhren) in einer cremigen Käsesauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 360 F: 17.2	E: 9.6 KH: 39.6
	Menü 2	Panierte Geflügel - Jagdwurstscheibe (1, 6, 8) mit einem Letschogemüse (1, 2, 21) (Bio - Tomate, Bio - Paprika, Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) und Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln)	kcal: 356 F: 13.1	E: 14.6 KH: 42.6
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip(12), Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Wassermelone		
Freitag	Menü 1	vegetarische Pizzasauce (1, 2, 21, 22) mit milden Peperonis und Champignons (Bio - Champignons, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Bulgur) abgeschmeckt mit Oregano, dazu Spirellies (1, 2) (Bio - Nudeln) und geriebenem Käse (12)	kcal: 214 F: 5.1	E: 9.2 KH: 31.5
	Menü 2	Matjes (9, 12) in einer leichten Honig - Senfremoulade (8, 12, 22) mit Frühlingsslauch und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln) und Butterbohnen (12) (Bio - Bohnen, Bio - Zwiebeln)	kcal: 714 F: 47.6	E: 18.4 KH: 50.3
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio Fairtrade Banane, Pflaumenjoghurt(12) (Bio - Pflaumen, Bio - Joghurt, Bio - Quark)		