

| | | | | |
|-------------------|----------|---|----------------------|---------------------|
| Montag | Menü 1 | Eier in Senfsauce (1, 2, 8, 12, 21, 22) mit Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) und Buttermöhren (12) | kcal: 341 F: 18.4 | E: 16.4 KH: 26.0 |
| | Menü 2 | Sojaschnitzel in Paprikarahmsauce (1, 2, 11, 12, 21, 26) mit Reis (Bio - Fair Trade - Reis) | kcal: 236 F: 6.3 | E: 9.9 KH: 32.7 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost, Kohlrabirohkost, Basilikum Dip (8, 12, 27), Sonnenblumenkerne, Petersilie | | |
| Dienstag | Menü 2 | Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudel) mit Tomaten - Pesto - Sauce (1, 2, 8, 12, 21, 26, 27, 28) (Bio - Paprika, Bio - Zwiebel, Bio - Sellerie, Bio - Gouda) und geriebenem Mozzarella (12) | kcal: 449 F: 15.7 | E: 15.3 KH: 57.2 |
| | Menü 3 | Möhren - Karottengratin (12) (Bio - Kartoffeln, Bio - Blumenkohl) mit Käsesauce (1, 2, 8, 12, 27) (Bio - Gouda, Bio - Zwiebel) | kcal: 341 F: 21.6 | E: 8.7 KH: 27.2 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Bio Möhrenrohkost, Bio Gurkenrohkost, Frischkäse - Dip(12), Bio Orange, Sonnenblumenkerne | | |
| Mittwoch | Menü 1 | Nudeln (1, 2) (Bio - Nudel) mit Gorgonzolasauce (1, 2, 12, 21), geriebenem Gouda (12) (Bio - Gouda) und Tomatensalat | kcal: 420 F: 12.0 | E: 14.5 KH: 62.0 |
| | Menü 3 | Grüne Bohnen mit vegetarischer Bratensauce (1, 2, 21) und Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) | kcal: 367 F: 19.7 | E: 17.4 KH: 27.4 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Kohlrabirohkost, Rote - Beete - Dip (12, 26, 28) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Beerenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Beeren), Sonnenblumenkerne | | |
| Donnerstag | Menü 1 | Apfel - Kichererbsen Ragout (1, 2, 21, 28) (Bio - Kichererbsen, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel, Bio - Möhren, Bio - Blumenkohl) mit Bulgur (1, 2, 22) (Bio - Bulgur), Joghurdip (12) und Schnittlauch | kcal: 297 F: 6.7 | E: 8.8 KH: 45.4 |
| | Menü 2 | Bio - Geflügelwiener (21) mit Linsenragout (1, 2, 12, 21, 26, 28) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebel), Salzkartoffeln (Bio - Kartoffeln) und Petersilie | kcal: 279 F: 9.5 | E: 12.8 KH: 33.0 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Bio Tomatenrohkost, Bio Gurkenrohkost, Ajvar - Dip (12), Bio - Apfel, Sonnenblumenkerne | | |
| Freitag | Menü 1 | Magdeburger Bohnenragout (1, 2, 12, 21) mit Kartoffelstampf (12) (Bio - Kartoffeln) | kcal: 204 F: 8.5 | E: 5.0 KH: 25.2 |
| | Menü 2 | Matjes (9, 12, 27) in Honig - Senfsauce (8, 12, 22, 28) (Bio - Joghurt, Bio - Milch) mit Mischgemüse und Kartoffeln (Bio - Kartoffeln) | kcal: 383 F: 20.5 | E: 12.9 KH: 34.0 |
| | Vitalbar | Zu jeder Menülinie gibt es: Radieschenrohkost, Gurkenrohkost, Mango - Curry - Dip (12) (Bio - Quark, Bio - Joghurt), Pflaumenjoghurt (12) (Bio - Joghurt, Bio - Quark, Bio - Pflaume), Sonnenblumenkerne | | |