

Montag	Klassik	Goulasch vom Schwein (1,2,11,21) mit Champignons (mit Vollkorn Weizenmehl) und dazu Bio Spirellis (1)	kcal: 481 F: 19.51	E: 20.9 KH: 54.1
	Veggie	Linsenragout mit knackigen Gemüsen (1,2,6,12,21,22) (Bio - Blumenkohl, Bio-Paprika, Erbsen,rote Linsen, Bio Karotten, Mais, Bio-Grünkern) mit Couscous (1,2,21,22) (Bio-Couscous)	kcal: 510 F: 12.52	E: 18.11 KH: 77.21
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst der Saison		
Dienstag	Klassik			
	Veggie	Kartoffelrahmsuppe (12,21,22) mit Bio Karotten und Bio Sellerie Vollkornbrot (1,2,3)	kcal: 346 F: 15.26	E: 7.63 KH: 43.79
	Vital	"Köttbullar" Hackklößchen (1,2,8) vom Hähnchen auf einer Bratenrahmsauce (1,2,12,21) (Bio-Vollkornmehl)mit Preiselbeeren und dazu Kartoffelstampf (12) (mit Bio Milch)	kcal: 371 F: 13.37	E: 17.73 KH: 42.84
	Frische-Bar	Gurken-Tomatensalat mit Ebly (1,2)		
Mittwoch	Klassik			
	Veggie	Knackiges Gemüse (12) (Erbsen, Bio-Karotten, Bio -Blumenkohl) auf einer Kräutersauce (1,2,12,21,22) mit Vollkornreis	kcal: 408 F: 15.39	E: 11.26 KH: 59.39
	Vital	Tomatengemüse (1,2,21,22) (mit Bio Tomatenwürfel, Bio Sellerie) mit Bio-Spirellis (1), geriebener Käse (12)	kcal: 426 F: 9.34	E: 15.54 KH: 67.84
	Frische-Bar	Heidelbeerquark (12)		
Donnerstag	Klassik	Butter Maiskolben (12) (mit Bio-Butter)mit einem Sauerrahm - Kräuterdip (12) und dazu Salzkartoffeln, Möhren-Apfelsalat (mit Bio-Möhren,Bio-Apfelwürfel)	kcal: 554 F: 8.67	E: 19.21 KH: 96.16
	Veggie			
	Vital	Mildes Paprika - Sojageschnetzeltes (1,2,11,12,21,22) (mit Bio Paprika und Bio-Sojaschnetzel) und dazu Bio Reis	kcal: 403 F: 12.94	E: 13.53 KH: 57.92
	Frische-Bar	Chinakohl mit Zitronendressing (12)		
Freitag	Klassik			
	Veggie	Milder Rahmkäse in einem Gemüse Kichererbsenragout (1,2,12,21) (Bio Tomaten, Bio Sellerie,Bio-Möhren) und dazu Bio Reis	kcal: 398 F: 6.4	E: 13.57 KH: 71.68
	Vital	Feiner Sahnehering (9) in einer Apfel - Dillsauce (8,12) (Bio Apfel) mit Gewürzgerken und dazu Dillkartoffeln	kcal: 515 F: 33.07	E: 11.25 KH: 43.87
	Frische-Bar	Kürbis-Apfelsalat (12)		