



<b>Montag</b>	Menü 2	Serbisches Bohnenragout (1, 2, 12, 21) (Bohnen, Möhren, Paprika, Zucchini) mit Kartoffelwürfel (Bio - Kartoffeln) und Reis (Bio - Fairtrade - Reis) und einem Saure Sahne Dip (12)	kcal: 477 F: 20.5	E: 7.2 KH: 66.9
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Möhrenrohkost mit einem Dip (12), Kohlrabirohkost		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	knackiger Schmorkohl (1, 2, 12, 21) in einer kräftigen Sauce mit Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 263 F: 4.6	E: 7.0 KH: 47.2
	Menü 3	Rindfleisch in einer cremigen Meeretichsauce (1, 2, 12, 21, 26) mit einem Möhrengemüse und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 309 F: 10.2	E: 11.7 KH: 41.5
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Tomatenrohkost, Birne		
<b>Mittwoch</b>	Menü 2	Tomaten - Gemüseragout (1, 2, 12, 21) mit Paneerkäse (Bio - Möhren, Bio - Zucchini, Bio - Paprika, Bio - Linsen, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Tomaten) und Couscous (1, 2) (Bio - Couscous)	kcal: 349 F: 9.9	E: 16.0 KH: 45.7
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip (12), Bio - Fairtrade Banane Vanillepudding (12) (Bio - Vanillepudding)		
<b>Donnerstag</b>	Menü 1	BBQ Gemüsepfanne (21) (rote und weiße Kidneybohnen, Möhren, Paprika, Sellerie, Mais) mit einer Mojosaucen (1, 2, 21) (geräucherte Paprika) und Reis (Bio - Fairtrade - Reis) dazu geriebener Hirtenkäse (12)	kcal: 330 F: 9.9	E: 7.3 KH: 54.9
	Menü 2	Geflügelwurstgulasch (1, 2, 21, 22) mit einer Tomatensauce und Nudeln (1, 2) (Bio - Spirellies) und geriebenem Käse (12)	kcal: 322 F: 16.1	E: 14.5 KH: 29.2
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Eisbergsalat mit einem Dressing (12)		
<b>Freitag</b>	Menü 1	Butter - Kartoffeln (12) (Bio - Kartoffeln) mit einem Gurken - Dillquark (12), Leinöl dazu ein Möhrengemüse (12) (Bio - Möhren)	kcal: 303 F: 5.1	E: 13.9 KH: 48.5
	Menü 2	Seelachs - Currygemüseragout (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhren, Bio - Bohnen, Bio - Erbsen, Bio - Blumenkohl, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) mit Gemüserreis (Bio - Fairtrade - Reis, Bio - Mais, Bio - Möhren, Bio - Erbsen)	kcal: 244 F: 8.0	E: 13.4 KH: 28.7
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Äpfel, Apfel - Zimtjoghurt (12) (Bio - Apfel, Bio - Joghurt, Bio - Quark)		