



<b>Montag</b>	Menü 1	Magdeburger Bohnenragout (1, 2, 12, 21) mit Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln), Petersilie und Sonnenblumenkerne (Bio - Sonnenblumenkerne)	kcal: 210 F: 7.1	E: 5.0 KH: 29.5
	Menü 3	Gemüsecremesuppe (1, 2, 12, 21) (Bio - Kartoffeln, Bio - Gouda), Grießbrei (12) (Bio - Grieß) mit Pflaumensauce und Zucker, Zimt	kcal: 335 F: 7.8	E: 11.1 KH: 53.6
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäsedip (12), Paprikarohkost, Kohlrabirohkost		
<b>Dienstag</b>	Menü 1	Vollkornnudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln), vegetarischer Carbonarasauce (1, 2, 11, 12, 21) (Bio - Räuchertofu, Bio - Gouda, Bio - Emmentaler) und geriebenem Käse (12) (Bio - Gouda)	kcal: 467 F: 16.4	E: 16.2 KH: 59.6
	Menü 2	Rahmkäsewürfel in fruchtigem Currygemüse (1, 2, 12, 21), dazu Couscous (1, 2) (Bio - Couscous) und Mango - Frischkäse - Dip (12)	kcal: 339 F: 8.6	E: 11.6 KH: 51.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäsedip (12), Gurkenrohkost, Tomatenrohkost, Chinakohlsalat mit Zitronendressing (12)		
<b>Mittwoch</b>	Menü 1	Möhreneintopf (1, 2, 12, 21) mit Wurzelgemüse (Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Kartoffeln), Bio - Baguette (1, 2), Petersilie	kcal: 191 F: 5.8	E: 5.4 KH: 33.6
	Menü 2	Kürbisgemüse süß sauer (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Kürbis) mit Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln), Saure Sahne Dill - Dip (12)	kcal: 159 F: 2.4	E: 4.1 KH: 28.8
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Birnenjoghurt (12) (Bio - Birne, Bio - Quark, Bio - Joghurt), Bio - Apfel, Bio - Tomatenrohkost, Frischkäsedip (12)		
<b>Donnerstag</b>	Menü 1	Karottentandoori (1, 2, 21) mild abgeschmeckt mit Bulgur (1, 2, 21) (Bio - Bulgur) und einem Joghurt Schnittlauch - Dip (12)	kcal: 283 F: 9.2	E: 6.5 KH: 39.9
	Menü 2	Geflügelcurrywurst - Topf (1, 2, 21, 26, 28) (Bio - Geflügelwurst) mit einem Mais - Möhrengemüse und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 283 F: 10.4	E: 13.1 KH: 32.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäsedip (12), Paprikarohkost Eisbergsalat mit Mais, Buttermilchdressing (12)		
<b>Freitag</b>	Menü 1	Blumenkohl mit Käse überbacken (12) (Bio - Blumenkohl, Bio - Käse), Tomatensauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Tomate, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren) und Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln)	kcal: 446 F: 12.3	E: 15.4 KH: 65.9
	Menü 2	Gebackener Kabeljau (1, 2, 9) in einem Bio - Brötchen (1, 2), Remouladensauce (8, 12, 22, 28) (Bio - Zwiebeln) und Gurkensalat (Bio - Gurken)	kcal: 1169 F: 109.1	E: 7.6 KH: 41.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Frischkäsedip (12), Pflaumen - Zimtjoghurt (12) (Bio - Pflaumen, Bio - Joghurt, Bio - Quark), Bio - Möhrenrohkost, Bio - Fair Trade Banane		