

Montag			
Klassik	Sommerlicher Gartengemüse Eintopf (12, 21) (Bio - Blumenkohl, Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Erbsen), Grießbrei (1, 2, 12) (Bio - Milch) mit Vanillekirschen	kcal: 427 F: 11.3	E: 15.4 KH: 63.0
Frische-Bar	Obst und Gemüse, Couscous - Salat (Bio - Couscous)		
Dienstag			
Klassik	Rinderbolognese (1, 2, 6, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Grünkernschrot) mit Vollkornnudeln (1, 2) und geriebenem Käse (12)	kcal: 430 F: 11.1	E: 17.1 KH: 63.0
Veggie	Karotten - Blumenkohlrageout (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Blumenkohl, Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie) mit Vollkornreis	kcal: 419 F: 38.0	E: 7.5 KH: 96.4
Frische-Bar	Obst und Gemüse, Kirsch Joghurt (12)		
Mittwoch			
Klassik	Möhreneintopf (1, 2, 12, 21) (Bio - Zwiebeln, Bio - Sellerie) mit einem Mehrkornbaguette (1, 2)	kcal: 257 F: 14.8	E: 4.4 KH: 26.2
Frische-Bar	Obst und Gemüse, Gurkensalat		
Donnerstag			
Klassik	Frikassee vom Huhn (1, 2, 12, 21) (Bio - Möhren, Bio - Erbsen, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebel) mit Langkornreis (Bio - Reis)	kcal: 352 F: 12.2	E: 16.7 KH: 49.5
Veggie	Schmorgurken (1, 2, 12, 21) (Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Sellerie) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Milch, Bio - Butter)	kcal: 363 F: 20.1	E: 13.1 KH: 29.6
Frische-Bar	Obst und Gemüse, Vanillequark (12)		
Freitag			
Klassik	Gemüsegulasch (1, 2, 21) mit Salzkartoffeln (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln, Bio - Blumenkohl) mit einem Joghurt - Dip (12) (Bio - Joghurt)	kcal: 385 F: 8.6	E: 10.3 KH: 64.5
Veggie	Bolognese vom Wild und Seelachs (1, 2, 9, 21) (Bio - Möhren, Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln) mit Spirellies (1, 2) (Bio - Nudeln)	kcal: 413 F: 5.5	E: 25.2 KH: 63.0
Frische-Bar	Obst und Gemüse, Tomatensalat		