



Montag	Menü 1	Berliner Kartoffelsuppe (1, 2, 12, 21, 22) (Bio - Kartoffeln) mit Wurzelgemüse (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) und frischem Baguette (1, 2, 3, 4) (Bio - Baguette) dazu fein gehackte Petersilie	kcal: 294 F: 6.7	E: 8.6 KH: 48.4
	Menü 2	Mexicanisches Pfannengemüse (12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Bohnen, Bio - Mais, Bio - Paprika, Bio - Möhren) mit einer Mojosauce (1, 2, 21) (Bio - Paprika, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren, Bio - Sellerie) und Bulgur (1, 2, 21, 22) (Bio - Bulgur)	kcal: 270 F: 4.6	E: 9.9 KH: 46.3
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip, Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Apfel		
Dienstag	Menü 1	Bunte Gemüsepfanne (12) (Blumenkohl, Karotten, Erbsen, Bohnen, Paprika, Mais) in einer cremigen Käsesauce (1, 2, 12, 21) mit hausgemachtem Kartoffelstampf (12) (Bio - Salzkartoffeln) und gerösteten Sonnenblumenkerne	kcal: 323 F: 14.7	E: 11.3 KH: 34.6
	Menü 3	Berliner Currywurst (8, 22) vom Schwein auf einer fruchtigen Gewürzsauce (1, 2, 21) mit einem Erbsen - Möhrengemüse (12) und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 407 F: 12.8	E: 12.3 KH: 59.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Gurkenrohkost, Radieschen		
Mittwoch	Menü 1	Nudeln (1, 2) (Bio - Nudeln) mit einer Tomatensauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Zwiebeln, Bio - Möhren) und geriebenem Käse (12) dazu ein frischer Gurkensalat (Bio - Gurken) mit Dill	kcal: 251 F: 10.7	E: 7.9 KH: 30.0
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Tomatenrohkost, Bio - Kohlrabirohkost, Bio - Fairtrade Banane, Schokoladenpudding (12) (Bio - Schokoladenpudding)		
Donnerstag	Menü 2	Saftiger Rindergulasch (1, 2, 12, 21) mit Möhren dazu ein fruchtiger Apfelrotkohl und Salzkartoffeln (Bio - Salzkartoffeln)	kcal: 294 F: 6.9	E: 12.2 KH: 44.5
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Paprikarohkost, Eisbergsalat mit einem Dressing (12), Birne		
Freitag	Menü 1	Nudeln (1, 2) (Bio - Vollkornnudeln) mit einer Käsekräutersauce (1, 2, 12, 21) (Bio - Sellerie, Bio - Möhren, Bio - Zwiebeln) mit einem Erbsengemüse (12) (Bio - Erbsen) geriebener Käse (12) und einem Bohnensalat (Bio - Bohnen, Bio - Zwiebeln)	kcal: 392 F: 20.0	E: 17.4 KH: 34.1
	Frische-Bar	Zu jeder Menülinie gibt es: Bio - Gurkenrohkost, Bio - Möhrenrohkost mit einem Dip (12), Erdbeerjoghurt (12) (Bio - Erdbeeren, Bio - Quark, Bio - Joghurt)		