



Montag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Blumenkohl - Kokoscurry mit roten Linsen (Blumenkohl und Karotten, Zwiebeln, Sellerie) (1,2,21) an Bio-Reis und Ingwer-Tomaten mit frischem Koriander dazu Möhrensalat	kcal 451	E 12,70
	Vegan		F 10,30	KH 76,90
	Menü II	Rindfleischstreifen nach Art "Stroganoff" (mit Rote Bete, Sellerie, Zwiebeln und Gewürzgurken) (1,2,21,22) mit Zwiebel - Kartoffelstampf (mit Bio-Milch) (1,2,12,27) dazu Schnittlauch	kcal 411	E 20,00
	Menü III	Tagesmenü		F 16,70 KH 43,70
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Dienstag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Kartoffel - Zucchini-röstis (Bio-Zucchini, Bio Kartoffel) auf einem ungarischem Kürbisgemüse (mit Bio-Hokkaidokürbis) (1,2) mit Saurer Sahne (12,27) und frischem Dill dazu Tomaten-Minzsalat	kcal 402	E 8,90
			F 19,80	KH 45,20
	Menü II	"Schweinesteak Letscho" gegrilltes Schweinesteak auf einem Letschogemüse (mit Bio-Paprika, Tomatenwürfeln) (1,2,21) an Bio-Reis und Blattsalat dazu Balsamicodressing (22,26)	kcal 868	E 39,40
	Menü III	Tagesmenü	F 36,80	KH 95,20
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Mittwoch	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Herzhafte Spinatlasagne (1,2,12,27) auf einem geräucherter Tomatenragout (mit Zwiebeln, Sellerie) (1,2,21,26) an Blattsalat mit French Dressing und gerösteten Sonnenblumenkernen	kcal 879	E 27,60
			F 405,00	KH 99,70
	Menü II	Kasselerbraten vom Schwein auf einer Bratensauce (1,2,21) mit Spreewälder Sauerkraut und dazu Kartoffeln, Senf (22)	kcal 493	E 35,40
	Menü III	Berliner Currywurst in würziger Currysauce mit Pommes	F 19,40	KH 42,70
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl	F 660,00	KH 17,30
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison	F 34,40	KH 68,60
Donnerstag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Kartoffelauflauf (Bio-Kartoffeln) (12,27) mit einem Ratatouillegemüse (mit Zucchini, Paprika, Auberginen, Champis) (26) an frittierten Kapern und Frühlingszwiebeln	kcal 438	E 7,60
			F 25,00	KH 44,30
	Menü II	Gebackene Hähnchenkeule auf einer Kokos-Currysauce (mit Sellerie, Zwiebeln) (1,2,12,21,22,27) mit Sesamkarotten (23) und dazu Bio-Reis	kcal 677	E 31,90
	Menü III	Tagesmenü	F 29,50	KH 72,10
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		
Freitag	Suppe	wechselnde Tagessuppe		
	Menü I	Orientalische Couscouspfanne (mit Bio-Couscous, Bio-Hokaido-Kürbis, Kichererbsen, Rosinen, Möhren) (1,2,21,22) und dazu ein Joghurt - Sesamidip (12,23,27) mit gerösteten Sonnenblumenkernen	kcal 587	E 21,00
			F 13,90	KH 89,10
	Menü II	"Forelle Müllerin" gebratene Regenbogenforelle (1,2,9) mit Zitronenbutter (12,27) und dazu Petersilienkartoffeln an Gurken-Dill-Salat	kcal 606	E 60,10
	7,50 €		F 21,30	KH 41,00
	Menü III	Tagesmenü		
	Dessert	abwechslungsreiche Dessertauswahl		
	Salat	Vitalbar mit Salaten der Saison		

E=Eiweiß, F=Fett, KH=Kohlenhydrate

1 glutenhaltiges Getreide, 2 Weizen, 3 Roggen, 4 Gerste, 5 Hafer, 6 Dinkel, 7 Krebstiere, 8 Eier, 9 Fisch, 10 Erdnüsse, 11 Soja, 12 Milch, 13 Mandel, 14 Haselnuss, 15 Walnuss, 16 Cashewnüsse, 17 Pecannuss, 18 Paranüsse, 19 Pistazien, 20 Macadamia- oder Queenslandnüsse, 21 Sellerie, 22 Senf, 23 Sesamsamen, 24 Weichtiere, 25 Süßlupine, 26 Schwefeldioxid und Sulfide (>10mg/kg), 27 Laktose