

Montag	Klassik			
	Veggie	Gemüsebolognese (1,2,4,6,21) von frischen Gemüsen (Bio Tomatenwürfel, Bio Karotten, Mais, Sellerie, Grünkern) mit Bio-Spirellis (1), geriebener Käse (12)	kcal 393 F 8,33	E 14,23 KH 62,54
	Vital			
	Frische-Bar	frisches Obst der Saison		
Dienstag	Klassik	Kräuterquark (12) "Spreewälder Art" mit frischen Kräutern dazu Butterkartoffeln (12) und Leinöl Extra	kcal 379 F 16,09	E 19,04 KH 37,05
	Veggie			
	Vital	Gyros vom Hähnchen mit Balkan Gemüse (12) (Bohnen, Mais, Möhren, Erbsen, Kidneybohnen) dazu Tzaziki (12) und dazu Bio - Lankornreis	kcal 434 F 13,36	E 31,34 KH 48,21
	Frische-Bar	Bohnensalat		
Mittwoch	Klassik	Bratwurst (12,21) (Geflügel) auf einer hausgemachten Bratensauce (1,2,4,12,21) mit buntem Gemüse (12) (Bio Blumenkohl, Erbsen, Möhren) und dazu Petersilienkartoffeln	kcal 627 F 36,25	E 25,71 KH 45,54
	Veggie			
	Vital	Mediterranes Grillgemüse (1,2) (Zucchini, Bio Paprika, Auberginen, Zwiebeln, Bohnen) auf einem würzigen Tomatenragout (Bio Tomatenwürfel) mit Bio Reis	kcal 382 F 11,58	E 9,42 KH 60,68
	Frische-Bar	Pfirsich Vanillejoghurt (12)		
Donnerstag	Klassik			
	Veggie	Linseneintopf (21) mit Kartoffelwürfel (Vorsuppe) Milchreis (12) (mit Bio Milch, Bio Rundkornreis) mit Vanillekirschen und Zimtucker	kcal 590 F 10,69	E 15,77 KH 105,03
	Vital			
	Frische-Bar	Eisbergsalat mit Zitronendressing (12)		
Freitag	Klassik			
	Veggie	Bohnen - Gemüsetopf (12) (Bio Möhren, Bio Paprika, Mais, Bohnen, Kidneybohnen, Sellerie) auf einer Frischkäse-Paprikasauce (1,2,12) (Bio-Paprika) mit Kartoffeln	kcal 392 F 9,40	E 13,53 KH 61,14
	Vital	Quinoa - Seelachs Nuggets (1,2,3,9) auf einem Kartoffel - Gurkensalat in Rahm (12) mit frischem Dill	kcal 341 F 19,64	E 19,81 KH 25,93
	Frische-Bar	frisches Gemüse von der Vitalbar mit Frischkäse Tomatendip (12)		

E=Eiweiß, F=Fett, KH=Kohlenhydrate

Lenau

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)

Bei unserer Rohstoffauswahl für die Speisenproduktion wählen wir ausschließlich Produkte,
 die keine deklarierungspflichtigen Zusatzstoffe enthalten.