

	Montag 31.10.2022	Dienstag 01.11.2022	Mittwoch 02.11.2022	Donnerstag 03.11.2022	Freitag 04.11.2022
Klassiker	Feiertag	Schinken-Käsesoße (2, 3) [a, a1, a3, g]	Hühnerfrikassee mit Erbsen, Möhren und Spargel <G> [a, a1, g]	Putengeschnitztes "Gyros Art" <G>	Schnibbelbohnen-Kartoffel- Topf mit Rindfleisch (2, 3) [i]
Leichte Kost	Feiertag	Tomatensoße	Gedünstetes Seehechtfilet <F> [a, a1, d]	Paprikaschote gefüllt mit einer Hackfleisch-Gemüse- Reisfüllung <S> [a, a1, f], Tomatensoße	Fischtopf "Neptun" vom Alaska Seelachs mit grünen Bohnen <F> [a, a1, d, g, i]
Vegetarisch / Vegan	Feiertag	Spinat-Rahmsoße laktosefrei	Tofu Geschnitztes mit Champignons <V> [a, a1, a3, f, g]	gebackener Fetakäse auf Zucchini, Aubergine, Paprika<V> [g]	Veganer Bohneneintopf mit Kartoffelwürfel [i]
Gemüse	Feiertag	Brokkoli	Frisches Möhregemüse	Weißkrautsalat (3), Tzaziki [g]	
Kohlehydrate & Co.	Feiertag	Nudelvielfalt [a, a1]	Schwenkkartoffeln, Kräuterreis	Fladenbrot [a, a1, a3, k], Reisnudeln [a, a1]	Bauernbrot mild [a, a1, a2], dunkles Roggenbrot [a, a2, a4]
Gesundes Allerlei - Salatteller	Feiertag	Bunter Rohkost-Teller mit Möhren, Kohlrabi, Gurke, Toppings nach Angebot [g], Dressing [c, j]	Rohkost aus Kohlrabi, Möhre und Blumenkohl, Toppings nach Angebot [g, c, i]	Griechischer Salat mit Fetakäse, schwarzen Oliven und Fladenbrot <V> [a, a1, a3, g, k]	Eisbergsalat mit Tomate, Paprika und Gurke, Tomato-Mozzarella Topping [g]

Täglich wechselndes Angebot an der Vitamin und Dessertbar

	Montag 07.11.2022	Dienstag 08.11.2022	Mittwoch 09.11.2022	Donnerstag 10.11.2022	Freitag 11.11.2022
Klassiker	Rindergulasch <R>	Schweineschnitzel "Wiener Art" <G> [a, a1]	Milchreis <V> [g], Zimt-Zucker	Schweinerückensteak "Natur" mit Mozzarella überbacken <S> [g], Tomaten-Gemüesoße [i]	Kürbis-Karotten-Suppe <V> [g]
Leichte Kost	Hähnchengulasch mit Paprika und Tomate <G> [g]	Putenbrustfilet <G>	Hühnereintopf mit Buchstabennudeln, Karotten, Porree und Blumenkohl <G> (3) [a, a1, i]	gedünsteter Seelachs [a, a1, d], Zitronensoße [a, a1, a3, g]	Tomatencreme-Suppe mit Reiseinlage
Vegetarisch / Vegan	Tomatensoße mit Paprikagemüse "Arrabiata"	Karotten-Kürbiskern-Rösti <V> [a, a1, c, i]	Kartoffel-Lauch-Auflauf <V> [c, g]	Gnocchi Pfanne in Tomaten Pesto mit Rucola [a, a1] und Mozzarella [g]	Gemüsesuppe "Quer durch den Garten" (2, 3) [i]
Gemüse		Buttererbsen, Champignons im Rahm [a, a1, a3, g]	Sauerkirschen	Italienisches Pfannengemüse	
Kohlehydrate & Co.	Penne Mezze Tricolore [a, a1], Penne, glutenfrei, Spaghetti [a, a1]	Kartoffelsalat-Gurkensalat [i, j], Langkornreis	Sonnenblumenbrot [a, a1], Steinofenbrot [a, a1, a2]	grüne Bandnudeln [a, a1], Gemüsereis [i]	Vollkornbrot [a, a1, a2, a4, k], Bauernbrot [a, a1, a2]
Gesundes Allerlei - Salatteller	"Hip Hop Salat" bunter Blattsalatmix mit Tomaten, Gurken, roter Paprika, Croutons und Dressing <V> [a, a1, c, g, i]	Chinakohl mit Möhren und Äpfeln, Dressing [c, j], Topping<V> [a, a1, c, i]	Rucola Salat mit Hähnchenbrust-Streifen und Pinienkernen	Tomaten-Mozzarella-Antipastisalat	Bunter Salatteller (1, 3) [j, l], Dressing [c, f, g], Topping (1) [a, a1, g]

	Montag 14.11.2022	Dienstag 15.11.2022	Mittwoch 16.11.2022	Donnerstag 17.11.2022	Freitag 18.11.2022
Klassiker	Vollkorn-Nudelauflauf mit Schinken und Brokkoli <S> (2, 3) [a, a1, c, g]	Gegrillte Hähnchenkeule <G>	Feiertag	Cevapcici aus Rindfleisch [a, a1]	Kesselgulasch mit Kartoffeln, Möhren und Paprika <R> [i]
Leichte Kost	Bunter Naturreisauflauf mit Kürbiskernen, Erbsen, Tomaten, Mais <V> [g] und Hähnchenbruststreifen <G>	Knusperfischfrikadelle <F> [a, a1, d]	Feiertag	Hähnchencurry "Thai Red" mit Früchten in roter Kokossoße (3)	
Vegetarisch / Vegan	Kartoffel-Gemüsepfanne (3, 5) [i]	Blumenkohl-Käse-Medaillon <V> [a, a1, g]	Feiertag	Süßkartoffel - Curry [g]	Kartoffelgulasch mit Bohnen und Kohlrabi <V> [g]
Gemüse	Kräuterquark [g], Tomatenquark [g]	Apfelrotkohl, Buntes Paprikagemüse	Feiertag	Grillgemüse aus Auberginen, Zucchini und bunter Paprika, Kürbis-Karottengemüse	
Kohlehydrate & Co.		Spätzle [a, a1, c]	Feiertag	Basmatireis, Wildreis-Mix	Langkornreis, Weizenmischbrot [a, a1, a2]
Gesundes Allerlei - Salatteller	Bauernsalat mit Gurke, Paprika, Tomaten, Eisberg, Krautsalat und Käse <V> (2, 3, 9) [g, i], Dressing [c, g]	Chinakohlsalat [g], Bunter Salat mit Eisberg, Tomate, Paprika, Mais, Joghurt-Dressing und Sonnenblumenkernen [g, j]	Feiertag	Bunter Salat mit Hähnchenfleisch, Ananas, Mais, Eisberg, Dressing (3) [c, g, j]	Obstsalat mit Quarkhaube & Minze (3) [g]

	Montag 21.11.2022	Dienstag 22.11.2022	Mittwoch 23.11.2022	Donnerstag 24.11.2022	Freitag 25.11.2022
Klassiker	Geflügelbällchen <G> [a, a1, c, j], Tomatensoße	Hackbraten vom Rind und Schwein [a, a1, j] in brauner Senfsoße [a, a1, g, j]	Sächsische Quarkkeulchen [a, a1, c, g], Apfelmark (3)	Geschnetzeltes „Züricher Art“ <S> [g]	Hähnchen süß-sauer mit Ananas und Paprika [g]
Leichte Kost	Tomaten-Kräutersoße <V> [g]	Gebratenes Hähnchenbrustfilet natur <G> [f] dazu helle Geflügelsoße [i]	Bauerneintopf mit Möhren, Porree, Blumenkohl, Erbsen, Rosenkohl und Kohlrabi <V> [i] mit Wiener Würstchen <S> (2, 3, 8) [i, j]	Fischragout in Senfsoße mit Lauch-Paprika-Gemüse <F> [a, a1, d, g, j]	
Vegetarisch / Vegan	Paprika-Zucchini-Tomatengemüse	Brokkoli Nussecke <V> [a, a1, a4, h, h1, h2]	Blumenkohlcremesuppe <V> [g]	Käsespätzle mit Schmelzzwiebeln <V> [a, a1, c, g]	Rührei <V> [c]
Gemüse		Schmorkohl, Brechbohngemüse		Champignons, Kürbis-Karottengemüse	Rahmspinat [g]
Kohlehydrate & Co.	Kurze Makkaroni [a, a1], Gebratener Langkornreis (2)	Kartoffelpüree [g], Couscous [a, a1]	Bauernbrot mild [a, a1, a2], Roggenbrot [a, a2, a4]	Rösti Ecken, Salzkartoffeln	Salzkartoffeln, Basmatireis
Gesundes Allerlei - Salatteller	Paprika-Mais-Gurken-Salat [g], Topping [g]	Bunter Herbstsalat mit Apfel, Lauch und Möhre, Dressing [g]	Bunter Bohnensalat (2, 9, 10), Topping [g]	Chili-Couscous-Salat mit Kräuteraprikosen Basilikum und Fetakäse [a, a1, g]	Bunter Blattsalat mit Apfelvinaigrette und Rote Bete Sprossen

Täglich wechselndes Angebot an der Vitamin und Dessertbar

	Montag 28.11.2022	Dienstag 29.11.2022	Mittwoch 30.11.2022	Donnerstag 01.12.2022	Freitag 02.12.2022
Klassiker	Bolognese mit Rinder Hackfleisch, Tomaten und Karotten <R> [i]	Mariniertes Schweinekammsteak	Geflügel-Currywurst (2, 3, 8) [i]	Chili con Carne (2)	Sächsische Kartoffelsuppe mit frischem Gemüse (2, 3) [g, i] und Wiener Würstchenscheiben <S> (2, 3)
Leichte Kost	Wildlachs mit JulienneGemüse in Kräutersoße <F> [a, a1, d, g]	Gebratenes Putenschnitzel Natur <G>	Buntes Eierragout mit Karotten, Blumenkohl und Brokkoli <V> [a, a1, a3, c, g]	Gebackene Chicken Haxen <G> [a, a1, f] in Tomaten-chilisoße	Kartoffeleintopf mit buntem Gemüse und Graupen (2, 3) [a, a3, i, l]
Vegetarisch / Vegan	Tomatensugo	Gemüsefrikadelle aus Möhren, Pastinaken, Erbsen, Romanesco und Mais mit Tomate und Käse überbacken <V> [a, a1, c, g]	Grießbrei <V> [a, a1, g]	Veganes Chili sin Carne mit Kartoffeln, Paprika, Mais, Kidneybohnen, Bohnen und roten Linsen <V>	Vegetarische Kartoffelsuppe [g, i]
Gemüse		pikantes Letscho (1) [l], Erbsengemüse	Apfelmus (3)	Bohnen - Tomatengemüse, Gemüse Mischung aus Mais, Kidney Bohnen, Karotten, Bohnen und Paprika, k, 120g [i]	
Kohlehydrate & Co.	Nudeln [a, a1]	Bratkartoffeln mit Kräutern, Naturreis	Kartoffelpüree [g]	Süßkartoffelstampf [g], Wildreis mit Erbsen [i], Tortilla [a, a1]	Malz-Mehrkornbrot mit Sonnenblumenkernen und Leinsamen [a, a1, a2, a3, a4]
Gesundes Allerlei - Salatteller	Gemischter Salat, Topping [g], Dressing [c, j]	Paprika-Mais-Feta-Salat mit Dressing [g]	Birnen-Feldsalat mit Topping	Salatteller mit Chinakohl, Tomate, Gurke, Mais, Kidneybohnen und Walnüssen (3) [h, h3]	Salatteller mit Chicorée, Kopfsalat, Radicchio, Weintrauben, Ananas, Melone, Käse und Joghurt Dressing <V> [c, g]