

Mittagessen		kcal	Fett	KE
1	Fenchelcremesuppe	80	4,5 g	0,5
2	Klare Gemüsesuppe mit Schnittlauchnudeln	25	0,5 g	0,5
Menü 1 Vitalgericht 1				
1	Grünkerngemüselasagne mit Käse überbacken, Paradeisersauce	365 110	14 g 7 g	3 0,5
1	Obst			
Menü 2 Vitalgericht 2				
2	Rehragout mit Pilzen in Thymian-Wacholdersauce dazu Dinkel-Serviettenrolle	270 220	8 g 8 g	0,5 3
2	Joghurtkaltschale	90	1 g	1,5
Menü 3 Vollkost				
3	Gegrilltes Saiblingsfilet auf Safransauce, dazu Spaghetti	150 160	4,5 g 4 g	0 3,5
2	Joghurtkaltschale	90	1 g	1,5
Abendessen		kcal	Fett	KE
1	Kräuterschaumsuppe	80	4 g	0,5
2	Klare Gemüsesuppe	15	0 g	0
Menü 1 Vitalgericht 1				
1	Schafkäse auf Blattsalat mit Joghurtdressing und Dinkel-Roggen-Grahambrot	250 165	20 g 1 g	0 3,5
Menü 2 Vitalgericht 2				
2	Gebratenes Hühnerbrüstchen auf Paprikasauce, Gemüse-Dinkelfleckerl	295 165	7,5 g 1,5 g	0,5 2,5
Dessert (nur bei freier Menüwahl)				
1	Linzerschnitte	390	24 g	3