

KW 43	Montag 19.10.2026	Dienstag 20.10.2026	Mittwoch 21.10.2026	Donnerstag 22.10.2026	Freitag 23.10.2026
Frühstücksangebot	Porridge mit Nüssen und Beeren   a, c, c1, c3, c4, d, d1 In 2,80 €	Smoothie Beeren   a, k In 1,80 €	Vollkornbrot Eiersalat Kresse   a, d, d1, d2, g, j In 2,50 €	Rührei Laugenknoten Speck Käse   a, d, d1, g In 3,20 €	Pancake Speck Ahornsirup   7 a, d, d1, g In 2,80 €
	Rührei Sesam Croissant Bacon    a, d, d1, g, l In 3,40 €	Pita Pesto Tomate Mozzarella   a, c, c4, c8, d, d1 In 3,20 €	Fisch-Burger   a, d, d1, g, h In 3,30 €	Big Schoko Knuspermüsli Joghurt Nüsse Obst   a, c, c1, c3, c4, d, d1 In 3,20 €	Bananen Pistazien Proteinsshake   a, b, c, c7, d, d1, g, k In 2,10 €
Menü 1	Rind-Schwein Gulasch Farfalle Blumenkohl    4 a, d, d1, g, l In 5,00 €	Pasta Bolognese Parmesan    d, d1, h, l In 5,00 €	Schweinebraten Gemüse der Saison Spätzle Rotweinsauce   a, d, d1, g, h, i, l In 5,00 €	Schnitzel Marktgemüse Pommes Zitrone   a, d, d1, g In 5,00 €	Lachs im Blätterteig Spinat Dill Kartoffeln Zitronen Sauce   1, 2 a, d, d1, f, j, k In 5,00 €
Menü 2	Rösti Schnittlauch-Quarkcreme Bunter Salat   3 a, h, i, l In 4,60 €	Kartoffelpuffer / Süßes oder Saures Apfelmuss oder Quark Dip    a, d, d1, g In 4,60 €	Falafelbällchen auf arabischem Gemüse Couscous mit Joghurt Kräuter-Mnzedip    g, h, j • Ex 4,60 €	Fried Rice Ei Sojasproussen Koriander Sojasauce Chili   d, d1, g, h, j, k In 4,60 €	Kichererbsen Curry Gemüse Eintopf  d, d1, h, k, l In 3,60 €
Menü 3	Asia Bowl Karotte Sesam Hähnchen Glasnudel Sprossen   2, 3 b, d, d1, j, k In 6,50 €	Indisches Curry Kichererbsen Kartoffeln Naan brot   a, b, h, j In 6,00 €	Pasta Pesto Rosso Lachs Parmesan     a, d, d1, e, g, h In 6,50 €	Großer Feldsalat Walnussdressing Knoblauch Croutons Baguette Speck    a, d, g In 6,00 €	BBQ Pulled Turkey Burger Zwiebel Tomate Gurke Curly Frites   d, d1, i, j In 6,50 €
Dessert	Kleiner Germknödel Pflaumenmus Vanillesoße   a, d • In 1,00 €	Apfelküchle Vanillesoße  a, d, d1 • In 1,00 €	Cheese Cake  a, c, c3, d, d1, g, k • In 1,00 €	Milchreis Kirchkompott   a • In 1,00 €	Vanille Pudding Rote Grütze  a, b, d • In 1,00 €

ZUSATZSTOFFE

- mit Farbstoff
- mit Konservierungsmittel
- mit Antioxidationsmittel
- mit Geschmacksverstärker
- geschwefelt

6 geschwärtzt

- mit Phosphat
- mit Süßungsmittel
- enthält eine Phenylalaninquelle
- gewachst

ZUSÄTZLICHE ANGABEN

- koffeinhaltig
- chihinhaltig
- enthält Alkohol

ALLERGENE

- Milch und/oder Milchprodukte
- Erdnuss
- Schalenfrüchte
- Mandeln
- Haselnüsse
- Walnüsse

- Cashewnüsse
- Pecannüsse
- Parannüsse
- Pistazien
- Macadamia- und Queenslandnüsse

- Glutenhaltiges Getreide
- Weizen, Dinkel
- Roggen
- Gerste
- Hafer

- Krebstiere
- Fisch
- Hühnerei
- Sellerie
- Senf

- Sesam
- Soja
- Schwefeldioxid > 10 mg/ kg od. Liter
- Lupinen
- Weichtiere



DIE BONVITA AMPEL

Reichhaltiges, süßes oder deftiges Gericht (ab 800 kcal)
Leckere Hausmannskost (bis 800 kcal)
Vitalstoffreiche Speise (bis 500 kcal)

Nur lieben was wir tun!