















	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<p>Das Job &amp; Fit Logo  hilft Ihnen unser vitales Angebot des Tages zu finden. Diese finden Sie auch bei unserem Frühstücksangeboten! Bei Fragen zu diesem Thema sprechen Sie uns gerne an.</p>				
<b>Menü 1</b>	<p>Hühnerfrikasse mit Spargel, Erbsen und Champignons dazu Butterreis aus BIOReis 4,80 €</p>	<p><b>Salattag</b> großer Salatteller frisch für Sie zubereitet mit Tomaten, Rucola, Gurke, Karottenstreifen, Lachsspieß "Foccacia" dazu Honig-Senf dressing und Vollkornbaguette  5,50 € <b>Salat</b></p>	<p>Heringstipp (MSC) Hausfrauen Art mit Gurke, Äpfeln und Zwiebeln dazu Speckbohnen und BIOKartoffeln  5,30 € <b>Klassiker</b></p>	<p>Schweineschnitzel vom Rekener Duroc-Schwein mit Pfeffersauce dazu Pommes frites und ein Beilagensalat 5,40 €</p>	<p>Currywurst vom Susländer Schwein mit hausgemachter Ruhrpott-Currysauce dazu Pommes frites und ein Beilagensalat <b>Klassiker</b> 4,90 €</p>
<b>Menü 2</b>	<p>Steak vom BIOSchweinerücken mit Kräuterbutter, Buttermöhren und Kartoffelecken 5,20 €</p>	<p>Putensteak "Saltim Bocca" mit Schinken und Salbei dazu Tomatensauce und BIONudeln 5,00 €</p>	<p>Leicht scharfes gelbes Kokoscurry mit BIORinderstreifen mit Kichererbsen, knackigem Gemüse und Basmatireis 5,30 €</p>	<p>Chili con carne von BIOFleisch mit Jalapenos, Mais, Paprika, und roten Bohnen dazu BIOReis 4,95 €</p>	<b>Frühstücks-Brunch</b>
<b>Vegetarisch</b>	<p>Spaghetti "aglio e olio" mit Knoblauch, roten Zwiebeln, Olivenöl, Rucola und Grana Padano  4,10 € <b>Vegan</b></p>	<p>Veganes Knusperschnitzel dazu Tomatensauce und BIOReis und ein Beilagensalat <b>Vegan</b> 4,95 €</p>	<p>Hausgemachter Apfelpfannekuchen mit frischen Äpfeln aus der Region 3,80 €</p>	<p>gekräuterte Champignons mit Blumenkohl, Brokkoli dazu Kräuterjoghurt und Vollkornreis  4,40 €</p>	
<b>Beilagen</b>	<p><b>BIOReis</b> 1,20 € Buttermöhren 1,20 € Kartoffelecken 1,20 €</p>	<p><b>BIONudeln</b> 1,20 € <b>BIOReis</b> 1,20 € Beilagensalat 1,20 €</p>	<p>Speckbohnen  1,20 € <b>BIOKartoffeln</b>  1,20 € Basmatireis 1,20 €</p>	<p>Pommes frites 1,20 € <b>BIOReis</b> 1,20 € Vollkornreis  1,20 € Beilagensalat 1,20 €</p>	<p>Pommes frites 1,20 € Tomatensalat  1,20 €</p>
<b>Dessert</b>	<p>Schokoladenpudding mit Sahne 1,00 € frische Erdbeeren  1,00 €</p>	<p>frischer Obstsalat  1,00 € Tagesdessert 1,00 €</p>	<p>Panna Cotta 1,00 € Vanillequark  1,00 €</p>	<p>rote Grütze mit Vanillesauce 1,00 € Tagesdessert  1,00 €</p>	<p>Tagesdessert 0,90 € frisches Obst  0,70 €</p>

Die Kilokalorien der einzelnen Komponenten werden im Ausgabebereich gekennzeichnet.

Die Liste der Zusatzstoffe sowie Hauptallergene hängt zur Ansicht aus und ist über das Intranet verfügbar. Bitte wenden Sie sich für weitere Informationen auch an unsere Mitarbeiter/innen. Kurzfristige Änderungen vorbehalten.  
Sofern nicht auf dem Speiseplan einsichtig werden folgende Abkürzungen zur Bezeichnung von Fleischgerichten verwendet. G = Geflügel, S = Schwein, R = Rind, MSC = aus Nachhaltiger Fischerei

Unsere externen Gäste müssen pro Menü 1,00 € Aufschlag bezahlen.

**BIO Kontrollstellencode: DE-ÖKO-003**

Das kost.bar Team wünscht Ihnen einen guten Appetit!