



GESUNDHEITSHOTEL
Witzigmann

Beispiel: Neue Kur - Menükarte

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück Tägl. ab 8 Uhr	Vollkornbrot mit Honig, Quark, Tee	Müsli mit Quark und Früchten, Tee	Grüner Smoothie	Vollkornbrot mit Honig, Quark, Tee	Müsli mit Quark und Früchten, Tee	Vollkornbrot mit Honig, Quark, Tee	Hausgemachter Zopf mit Honig Tee
Mittagessen Tägl. ab 12 Uhr	Pflaumensuppe	Mousaka	Sauerkraut mit Kartoffeln	Spaghetti mit Tomatensoße Obstkompott	Rosenkohl-Linsen-Curry mit Basmati Reis	Couscous mit Gemüse und Aprikosen	Gemüseteller Obst
Abendessen Tägl. ab 18 Uhr	Fenchelsalat Vollkornbrot, Quark Orangensaft	Gedämpfte Kartoffel mit Quark	Gedünstete Karotten mit Vollkornbrot, Quark, Orangensaft	Vollkornbrot mit Kräutern und Quark	Geraspelte Karotten mit Vollkornbrot, Quark Orangensaft	Vollkornbrot mit Kräuter-quark, Obst	Gedämpfte Kartoffel mit Quark
Tägl. Trinkmenge	„Trocken“tag: 1 l	Kl. Trinktag 1 ½ l	„Trocken“tag 1 l	Gr.Trinktag 2 l	„Trocken“tag 1 l	Kl. Trinktag 1 ½ l	Gr.Trinktag 2 l