	Mittwoch 16.Feb.2011	Donnerstag 17.Feb.2011	Freitag 18.Feb.2011	Samstag 19.Feb.2011	Sonntag, 20.Feb.2011	Montag 21.Feb.2011	Dienstag 22.Feb.2011	Mittwoch 23.Feb.2011	Donnerstag 24.Feb.2011	Freitag 25.Feb.2011	Samstag 26.Feb.2011	Sonntag 27.Feb.2011	Montag 28.Feb.2011	Dienst 1.März.2011
Bemer-kungen				**Sabine Fest**			**Anniversary D.**							
06:45-07:15	85 g Putenbrust + 100 g Gurke + 1 Roggen - Vollkornbrot + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt + 160 g Kiwi + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust 100 g geriebene Karotte + 3 Scheiben Fincrisp + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust + 100 g Gelbe Paprika in Streifen + 3 Scheiben Fincrisp + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt + 100 g Himbeeren + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust + 100 g geriebenen Rettich + 3 Scheiben Fincrispt + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt + 1 Orangei + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust + 100 g geriebene Karotte + 3 Scheiben Fincrisp + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt +160 g Kiwi + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt + 1 Birne + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt + 100 g Himbeeren + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust + 100 g geriebene Karotte + 1 Roggen - Vollkornbrot + Kaffee ohne Milch & Zucker	85 g Putenbrust + 100 g Spargel aus dem Glas + 3 Scheiben Fincrisp + Kaffee ohne Milch & Zucker	200 g Joghurt +160 g Kiwi + Kaffee ohne Milch & Zucker
09:00	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser
11:00	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser
11:45-12:15	130 g Lammfilet + 135 g Kohlsprossen + 1 Apfel	140 g Seelachs + 135 g Selleriewürfel + 1 Apfel	170 g Linsen + 135 g Weißkraut gehobelt + 1 Apfel	2 Eier im Glas + 3 Fincrisp + 135 g Eissalat + 1 Apfel	130 g gebratenen Schweinslungenbraten + 135 Chinakohl + 1 Apfel	140 geräucherte Forelle + 140 g Vogerlsalat + 3 Fincrisp + 1 Apfel	35 g Wildreis + 50 g Austernpilze + 135 g Kohl + 2 Fincrisp + 1 Apfel	170 g Kidneybohnen + 140 g Champignons + 1 Apfel	130 g gebratenene Hendlbrust + 135 g Kohlrabiwürfel + 1 Apfel	130 g gebratener Schweinslungenbraten + 140 g Vogerlsalat + 2 Fincrisp + 1 Apfel	2 Eier im Glas + 180 g Avocado + 3 Fincrisp + 1 Apfel	140 g geräuchertes Forellenfilet + 145 g Vogerlsalat + 3 Fincrisp + 1 Apfel	140 g gebratene Hendlbrust + 140 Eisbergsalat + 3 Fincrisp + 1 Apfel	95 g Topfen (20% Fett) + 3 Fincrisp + 140 g Eisbergsalat + 1 Apfel
13:30	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser
15:30	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser
16:45-17:15	85 g Schlosskäse (20% Fett) + 145 g Gurke + 1 Birne	170 g weiße Bohnen + 135 g Fisolen + 2 Fincrisp + 1 Kiwi	85 g Mozarella + 80 g geriebene Karotte + 60 g Spargel aus dem Glas + 2 Fincrisp + 1 Birne	**Schlemmeressen**	135 g Sojasprossen + 135 g gebratene Kräutersaitlinge + 3 Fincrisp + 1 Birne	85 g Schafsfetakäse + 100 g Gurke + 40 g Oliven grün + 1 Birne	140 g Lachs + 140 g Artischocken aus dem Glas + 160 g Kiwi	95 g Hüttenkäse mit Kresse + 140 g geriebene Karotte + 2 Fincrisp + 1 Orange	140 g Tunfischfilet gebraten + 135 g gehobeltes Weißkraut + 160 g Mango	170 g Linsen mit Zwiebel mariniert + 140 g Chinakohl + 180 g Papaya	**Schlemmeressen**	95 g Topfen (20% Fett) + 3 Fincrisp + 140 g Endiviensalat + 1 Birne	170 g weiße Bohnen + 145 g Weißkraut gehobelt + 3 Fincrisp + 1 Orange	170 g Linsen + 145 g Seleriewürfel + 1 Birne
18:30	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser
20:30	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser	1 Glas Wasser