

Menuepläne Wochen 19 & 20

Mahlzeiten/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Z`Nüni	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch
Mittagessen	Spaghetti mit Pesto Tomaten - Mozzarella Salat	Putenbraten Salzkartoffeln Zuckerschoten in Sauce	Hirse - Gemüsepfanne mit Käse Kopfsalat mit Champignons und Zitronendressing	Spätzli mit Geschnezeltem und Peperoni Kohlrabigemüse	Spinat Graupenrisotto Gemischter Salat
Zvieri	Reiswaffeln mit Erdbeerquark (Quark, Honig, Erdbeeren) Obst saisonal & frisch	Knäckebrot mit Kräuter - Hüttenkäse (Hüttenkäse, Kräuter, Salz) Gemüse saisonal & frisch	Trutenbrust & Goudascheiben mit Brot Gemüse saisonal & frisch	Brötchen mit Heidelbeeren (Familien Küchenglück S. 60) Obst saisonal & frisch	Bananenquark Obst saisonal & frisch

Mahlzeiten/Tag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Z`Nüni	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch	Obst & Gemüse saisonal & frisch
Mittagessen	Eier in grüner Sosse Kartoffeln Chinakohlsalat	Penne mit grünem Spargel und Champignons Gurkensalat	Geflügelwürstchen Kartoffelstock und Spitzkohl Bunter Karottensalat	Spargelsuppe French Toast mit Erdbeeren	Frikadellen (Rinderhack) Couscous Blattsalat mit Avocado und Tomaten
Zvieri	Brötchen Gesichter (Vollkornbrot, Käsescheibe, Paprika, Gurken) Obst saisonal & frisch	Nusspudding mit Krokant Brot Obst saisonal & frisch	Cornflakes - Frucht Cocktail (Joghurt, Konfitüre, Apfelwürfel, Cornflakes) Obst saisonal & frisch	MCroc - Doppeldecker (St. Moret, Kräutersalz, Gurkenscheiben) Obst saisonal & frisch	Minisalami mit Brot Gemüse saisonal & frisch

