 Menüplan Woche 30

Fleisch aus der Schweiz / Fisch mit MSC-Siegel

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| Käseplättli mit Vollkornbrot und Butter dazu Milch | Ruchbrot mit Butter und frischem Himbeeraufstrich (ohne Zucker) dazu Milch | Vollkornhaferflöckli mit Milch und Ruchbrot mit Butter  | Ruchbrot mit Butter und Honig dazu Milch | frisches Birchermüesli dazu Ruchbrot mit Butter und Milch  |
| Znüni: kreativer Teller mit Saisonfrüchten (Bananen, Äpfel und Birnen)Getränke: Tee und Wasser, zum Frühstück Milch |
| **selber kochen**selbstgemachter Flammkuchen mit Speck dazu einen Kopfsalat | **selber kochen** Broccoli-Pasta-Onepot dazu Gemüsesticks mit einem Kräuterquarkdipp | **selber kochen**Pastetli mit Brätkügeli und einer Rahmsauce dazu Erbsli und Rüebli | **selber kochen**verschiedene Pizzastücke vom Beck dazu einen Tomaten-Mozzarellasalat | **selber kochen**Frischkäserisotto mit Erbsen und einem Tomatensalat |
| Hüttenkäse mit Darvida und einem Gemüseteller(Cherrytomaten, Peperoni, Kohlrabi) | Cornflakes mit Nature Joghurt dazu einen Früchteteller(Aprikosen, Nektarinen, Äpfel) | selbstgemachte Rosinenbrötchen dazu einen Gemüseteller(Karotten, Gurken, Kohlrabi) | selbstgemachte Apfeljalousien dazu einen Gemüseteller(Gurken, Peperoni, Karotten) | selbstgemachter Erdbeermilchshake dazu Reiswaffeln und einen Früchteteller(Melonen, Äpfel, Bananen) |