kita bärenhöhle

Menüplan Woche 41

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot mit Butter und Honig dazu Milch	Vollkornhaferflocken mit Milch und Ruchbrot mit Butter	Käseplättli mit Vollkornbrot und Butter dazu Milch	Himbeeraufstrich (ohne Zucker) dazu Milch, mit Ruchbrot und Butter	Frisches Birchermüesli dazu Ruchbrot mit Butter
Znüni & Zvieri Früchteteller: kreativer Teller mit Früchten (Bananen, Äpfel, Birnen und Saisonfrüchte) Getränke: Tee und Wasser, zum Frühstück Milch				
***Bethesda** Cannelloni al Forno dazu einen Gemüseteller mit quarkdip	***Bethesda** Butter Chicken mit Basmatireis dazu Asiagemüse	**Selber kochen** Gnocchi an einer Kürbis Sauce mit Schmand dazu ein Gurkensalat	***Bethesda** Hamburger mit einer Pfeffersauce dazu Stock und Bohnen	**Selber kochen** Kichererbsen-Kuss-Kuss-Salat mit Mischgemüse dazu einen Gemüseteller mit einem Quarkdip
Reiswaffeln mit Tomatenschmeltz aus seiden Tofu und getrockneten Tomaten und dazu Früchteteller (Apfel, Birne, Banane)	Selbstgemachte Zauberstäbe aus Salzstangen mit Käse dazu einen Gemüseteller (Gurke, Karotten, Peperoni)	Milchreis mit Apfelkompost und einen Früchteteller (Apfel, Birne, Banane)	Peperoni schiffli mit Hüttenkäse dazu einen Gemüseteller (Gurke, Karotten, Peperoni)	Haferflocken-Aprikosentaler dazu einem Früchteteller (Apfel, Birne, Banane)

- Zum Zvieri bieten wir immer noch Ruchbrot und ein Glas Milch an.

Fleisch aus der Schweiz / Fisch mit MSC-Siegel
Brot aus der Migros