 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**Buchstabensuppe mit Brot dazu Frischkäse und Gemüsedipp | **selber kochen**Hörnli und Gehacktes mit Apfelmus | **selber kochen**Spaghetti mit Wienerli und einer selbstgemachten Tomatensauce dazu Gemüse und einen Quarkdipp | **selber kochen**verschiedene Würste mit Brot, und Gemüsedipp | **selber kochen**Couscouseintopf mit Gemüse und Frischkäse dazu Schinkenwürfeli |
| Marshmellow mit Keksen dazu einen Früchteteller(Nektarinen, Äpfel, Erdbeeren) | Ruchbrot mit einem selbstgemachter Häslihüpfaufstrich dazu einen Gemüseteller(Gurken, Kohlrabi, Peperoni) | selbstgemachtes Schlangenbrot mit Schokolade dazu einen Gemüseteller(Karotten, Kohlrabi, Peperoni) | Blevita mit Hüttenkäse dazu einen Gemüseteller(Gurken, Karotten, Peperoni) | Popcorn mit Reiswaffeln und einem Früchteteller(Erdbeeren, Äpfel und Melonen) |