 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) |