

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	<ul style="list-style-type: none"> Milch/Kaffee/Tee Ruchbrot, Vollkornbrot, Bauernbrot, Dinkelbrot Butter, Konfitüre Naturjoghurt mit Beeren 			<ul style="list-style-type: none"> Müesli Käse Rühreier Sonntags-Zopf 			
Mittagessen	<ul style="list-style-type: none"> Blattsalat Frühlingsgemüse-Zanderragout Bandnudeln 	<ul style="list-style-type: none"> Sparerips Folienkartoffeln Radieschen-Frischkäsedip Gemüsestängeli 	<ul style="list-style-type: none"> Apfel-Pouletspiessli mit Currysauce Trockenreis Blattsalat 	<ul style="list-style-type: none"> Radieschen-Rieslingsuppe Spargelpastete 	<ul style="list-style-type: none"> Ofenguck Gedämpfte Karotten Blattsalat 	<ul style="list-style-type: none"> Partyhamburger italienische Art Ofenkartoffeln Birnen-Frühlingszwiebel-Chutney Blattsalat 	<ul style="list-style-type: none"> Rindfleisch chinesische Art Basmatireis Kefengemüse Blattsalat
Abendessen	<ul style="list-style-type: none"> Morchel-Champignontoast Karottensalat 	<ul style="list-style-type: none"> Kressesuppe Schafmilchkäse Brot 	Mit Kindern zubereiten <ul style="list-style-type: none"> Käseomelette mit Frühlingszwiebeln Salzkartoffeln 	<ul style="list-style-type: none"> Chratzete mit Apfelkompott 	<ul style="list-style-type: none"> Mostbröckli-Suppe Gemüse Pickles Brot 	Preisgünstiges und gesundes Menu <ul style="list-style-type: none"> Kartoffel-Linsensalat mit Ei garniert Brot 	<ul style="list-style-type: none"> Birchermüesli
Dessert	<ul style="list-style-type: none"> Hirsekuchen mit Kirschenkompott 	<ul style="list-style-type: none"> Rhabarber-tiramisu 	<ul style="list-style-type: none"> Zitronencreme 	<ul style="list-style-type: none"> Vanilleglace mit Espresso 	<ul style="list-style-type: none"> Ramserschnitte 	<ul style="list-style-type: none"> Fruchtsalat 	<ul style="list-style-type: none"> Herrencreme
Zwischen-Mahlzeiten	<ul style="list-style-type: none"> Naturjoghurt mit frischen Früchten oder Beeren Saisonfrüchte Gemüsestängeli Getreideriegel 			<ul style="list-style-type: none"> Milchshake mit Beeren Früchte-Bleckuchen Trockenfrüchte Früchtebrot 			
Getränke	<ul style="list-style-type: none"> Kalter Tee (z.B. Pfefferminze, Zitronenmelisse, Kräuter, Lindenblüten) Wasser Apfelsaft mit Mineral verdünnt Holundersirup, Beerensirup 						