



	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>Frühstück</b>	Dinkelpops mit Milch	Toastbrot mit Rührei und Rohkostgemüse	Vollkornbrot mit Butter und Konfi	Porridge Früchteteller	Reiswaffel mit Butter und Honig
9.00h Früchte oder Rohkostgemüse mit Brot/Zwieback/Darvida o.ä.					
<b>Mittag</b>	Randen- und Gurkensalat  Bulgurtätschli mit Feta Quarksauce	Blattsalat mit Gurken und Tomaten  Kräutercouscous mit Ofengemüse und Minzejoghurt	Blattsalat mit Rübli  Tortellinis an Käsesauce und Erbsen und Rübli	Blattsalat mit Peperoni  Spaghetti mit Zucchettisauce	Blattsalat mit Eier  Reis mit Fischknusperli und Kräuterdip
Zwischen 13.30h und 14.00h Früchteauswahl					
<b>zVieri</b>	Reiswaffel und Dörrfrüchte	Zwieback mit Ricotta mit Schoko Aufstrich und Früchte	Zopfteig- Tierli mit Früchte	Blevita mit Frischkäse und Cherrytomaten	Grissini mit Quarkdip und Rübli

