

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	<ul style="list-style-type: none"> • Ruchbrot • Butter • Konfitüre • Naturejoghurt mit Beeren • Milch/Kaffee/Tee 	<ul style="list-style-type: none"> • Vollkornbrot • Butter, Konfitüre • Müesli • Käse • Milch/Tee/Kaffee 	<ul style="list-style-type: none"> • Bauernbrot, Vollkornbrot • Butter • Konfitüre • Käse • Milch/Tee/Kaffee 	<ul style="list-style-type: none"> • Bauernbrot • Butter, Konfitüre • Käse • Milch/Tee/Kaffee 	<ul style="list-style-type: none"> • Ruchbrot • Butter, Konfitüre • Käse • Müesli mit Saisonfrüchten • Milch/Tee/Kaffee 	<ul style="list-style-type: none"> • Dinkelbrot • Butter, Konfitüre • Joghurt • Rühreier • Milch/Kaffee/Tee 	<ul style="list-style-type: none"> • Sonntags-Zopf • Butter, Konfitüre • Verschiedene Käse • Birchermüesli • Milch/Kaffee/Tee
Mittagessen	<ul style="list-style-type: none"> • Blattsalat • Gefülltes Schweinefilet • Reis • Gemüsepackli 	<ul style="list-style-type: none"> • Mischsalat mit gehacktem Ei • Gemüse-Spiesse mit mariniertem Tofu • Knoblauch-Baguette 	<ul style="list-style-type: none"> • Kopfsalat mit Radieschen und Melonenkugeln • Kalbfleischröllchen • Nudeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Kalte Tomaten-Joghurt-Suppe • Poulet-Gemüse Spiesse • Brot 	<ul style="list-style-type: none"> • Gurkensalat • Forelle mit Gemüse im Silberkleid • Salzkartoffeln • Eier-Kräuter-Sauce 	<ul style="list-style-type: none"> • Grüner Salat mit Champignons • Schweinshaxen gegrillt • Maiskolben • Fächerkartoffel 	<ul style="list-style-type: none"> • Gazpacho • Lammkoteletts • Gefüllte Tomate • Frisches Brötli
Tipps	<i>Saison-Gemüse!</i>	<i>Tofu mit Fleisch ersetzen</i>		<i>Suppe auch als Zvierli!</i>			<i>Suppe auch als Zvierli!</i>
Abendessen	<ul style="list-style-type: none"> • Salat vom Garten • Käse-Schnitte vom Grill 	<ul style="list-style-type: none"> • Eisbergsalat • Chickenburger 	<ul style="list-style-type: none"> • Schützenwürste mit Kräuter-Füllung • Bohnensalat mit Kuhmilch Feta 	<ul style="list-style-type: none"> • Fussili-Salat mit Basilikum Vinaigrette 	Mit Kindern zubereiten: <ul style="list-style-type: none"> • Grill-Steak-Fajitas • Maissalat • Apfelsalat 	Mit Kindern zubereiten: <ul style="list-style-type: none"> • Hackfleisch-bällchen-Spiesse mit Salbei • Pita-Brote und Naturjoghurt 	<ul style="list-style-type: none"> • Krautsalat amerikanische Art • Flammenkuchen
Tipps		<i>Kinder-Abend Mit den Kinder zubereiten!</i>	<i>Mit den Kinder die Bohnen selber ablesen!</i>		<i>Kinder-Abend! Zubereitung mit Kindern</i>	<i>Kinder- Abend! Zubereitung mit Kindern</i>	
Dessert	<ul style="list-style-type: none"> • Feine Glace-Torte/-Cake 	<ul style="list-style-type: none"> • Mascarpone-Pfirsiche-Traum vom Grill 	Mit Kindern zubereiten: <ul style="list-style-type: none"> • Kirschen-Coupe 	Mit Kindern zubereiten: <ul style="list-style-type: none"> • Schnelle Nussguetzli 	Mit Kindern zubereiten: <ul style="list-style-type: none"> • Fruchtsalat von Kinder-Hand geschnippelt 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Beeren mit geschlagenem Rahm 	<ul style="list-style-type: none"> • Schokoladen-Bananen mit Vanille-Glace
Tipps		<i>Es gibt sehr feine CH-Pfirsiche.</i>	<i>Coupe können die Kinder machen</i>	<i>Guetzli mit Kinder machen</i>			
Zwischen-Mahlzeiten	Wählen sie zwischen: <ul style="list-style-type: none"> • Naturjoghurt mit frischen Früchten oder Beeren • Saison Früchte • Gemüsestängeli 				<ul style="list-style-type: none"> • Zuger Chriesibrägel • Milchshake mit Beeren • Früchte Blechkuchen 		
Tipps	<i>Für Früchteblechkuchen Schweizer Aprikosen nehmen !!</i>						
Getränke	Wählen sie zwischen: <ul style="list-style-type: none"> • Kalter Tee (Pfefferminze, Zitronenmelisse, Kräuter, Lindenblüten); • Wasser 				<ul style="list-style-type: none"> • Apfelsaft mit Mineral verdünnt • Holundersirup, Beerensirup • Sangria, Alkoholfrei. Für die Grillparty! 		

