

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Frühstück	<ul style="list-style-type: none"> Milch/Kaffee/Tee Ruchbrot, Vollkornbrot, Bauernbrot, Dinkelbrot, Sonntags-Zopf Butter, Konfitüre 				<ul style="list-style-type: none"> Naturjoghurt mit Beeren Müesli Käse Rühreier 		
Mittagessen	<ul style="list-style-type: none"> Kleiner Salatteller Schweineschnitzel mit Kirschensauce Reis 	<ul style="list-style-type: none"> Blumenkohl-Salat Kalbsragout mit Zucchini Kartoffelstock 	<ul style="list-style-type: none"> Grüner Salat mit Radieschen Cannelloni mit Gemüse 	<ul style="list-style-type: none"> Eisbergsalat mit Karotten Beef Stroganoff Polenta Kohlrabi 	<ul style="list-style-type: none"> Kopfsalat mit Ei Felchenfilet mit Schnittlauch-Rahmsauce Neue Kartoffeln Broccoli mit Mandeln 	<ul style="list-style-type: none"> Eichblattsalat mit Mozzarella Poulet an Honigsauce Dinkelnudeln Karotten 	<ul style="list-style-type: none"> Blattsalat Fenchelsalat Vollkornknöpfli mit Spinat-Mascarpone-Sauce
Tipps		Eventuel doppelte Menge Kartoffelstock zubereiten für Ofägugg am Donnerstag					Knöpfli am Vortag machen
Abendessen	<ul style="list-style-type: none"> Blattsalat Brotkranz mit Schinken, Käse und Ei 	<ul style="list-style-type: none"> Kartoffelsuppe Griessauflauf mit Kirschen 	Preisgünstiges und gesundes Menü: <ul style="list-style-type: none"> Schnitt-Salat Käse-Rüebli-Kuchen 	<ul style="list-style-type: none"> Rüebli-Süppchen Ofägugg 	Mit Kindern zubereiten <ul style="list-style-type: none"> Chriesi-Chratzete 	Mit Kindern zubereiten <ul style="list-style-type: none"> Gemischter Salat Risotto Topf 	<ul style="list-style-type: none"> Salat vom Garten Kirschen-Michel
Tipps	Brotkranz auf eine Wanderung mitnehmen						
Dessert	<ul style="list-style-type: none"> Zuger Kirschtorte 	Mit Kindern zubereiten <ul style="list-style-type: none"> Chriesi-Creme 	<ul style="list-style-type: none"> Zuger Madeleines 	<ul style="list-style-type: none"> Kirschen Parfait 	<ul style="list-style-type: none"> Kirschen-Quark-Kuchen 	<ul style="list-style-type: none"> Kirschenoufflé 	<ul style="list-style-type: none"> Vanilleglace mit Kirsch-Chriesi
Zwischen-Mahlzeiten	<ul style="list-style-type: none"> Naturjoghurt mit frischen Früchten oder Beeren Saisonfrüchte Gemüestängeli Getreideriegel Zuger Chriesibrägel 			<ul style="list-style-type: none"> Milchshake mit Beeren Früchte-Blechkuchen Trockenfrüchte Früchtebrot Mit Kindern zubereiten: Kirschen-Drink 			
Getränke	<ul style="list-style-type: none"> Kalter Tee (z.B. Pfefferminze, Zitronenmelisse, Kräuter, Lindenblüten) Wasser Apfelsaft mit Mineral verdünnt Holundersirup, Beerensirup 						