

Dorf: Zwischenverpflegung Tagesschule Mbs

Früchte und Gemüse immer nach Saison aus der Schweiz (oder EU) // Im Winter mit Dörrfrüchten ergänzen /

Natur Joghurt: Bifidus / Milch: Vollmilch past. / Butter: nur wenn Mittagessen keine Fettanteile enthält

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Cornflakes Milch	Ruchbrot Früchte Haferflocken Joghurt	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkaufstrich	Ruchbrot Früchte Hart-, Halbhartkäse	Ruchbrot Früchte Streichkäse

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkdipp	Ruchbrot Früchte Hüttenkäse Nüsse	Ruchbrot Früchte Cornflakes Milch	Ruchbrot Früchte Haferflocken Joghurt	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkaufstrich

C: Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Hart-, Halbhartkäse	Ruchbrot Früchte Streichkäse	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkdipp	Ruchbrot Früchte Hüttenkäse Nüsse	Ruchbrot Früchte Cornflakes Milch

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Haferflocken Joghurt	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkaufstrich	Ruchbrot Früchte Greizer	Ruchbrot Früchte Streichkäse	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkdipp

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Hüttenkäse Nüsse	Ruchbrot Früchte Cornflakes Milch	Ruchbrot Früchte Haferflocken Joghurt	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkaufstrich	Ruchbrot Früchte Hart-, Halbhartkäse

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Streichkäse	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkdipp	Ruchbrot Früchte Hüttenkäse Nüsse	Ruchbrot Früchte Cornflakes Milch	Ruchbrot Früchte Haferflocken Joghurt

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkaufstrich	Ruchbrot Früchte Hart-, Halbhartkäse	Ruchbrot Früchte Streichkäse	Ruchbrot Früchte Gemüse Quarkdipp	Ruchbrot Früchte Hüttenkäse Nüsse