



| Wochentag | Z'Morge | Z'Mittag | Z'Vieri |
|---------------------------------|------------------------------------|--|---|
| Mittwoch, 1. März 2023 | Cornflakes mit Milch | Penne mit Ofengemüse und einem Gurkensalat | Smoothy's |
| Donnerstag, 2. März 2023 | Rührei mit Gemüsestick | Tagesfisch mit Reis und Gemüse dazu einem gemischten Salat | Griessköppli mit Apfelmousse |
| Freitag, 3. März 2023 | Microc mit Käsescheiben und Gurken | Tagliatellen mit Ofengemüse,Poulet und Salat | Pizzaschnecken mit Gemüse |
| Montag, 6. März 2023 | Brot mit Aufschnitt | Thon-Reissalat mit Erbsen und Mais, dazu ein gemischter Salat | Dörrfrüchte mit Zwieback |
| Dienstag, 7. März 2023 | Porridge | Ricotta- und Spinatravioli mit Kirschtomatenfilet, Salat | Blevita mit Käse und Gurken |
| Mittwoch, 8. März 2023 | Fruchtsalat | Gemüsewähe mit einem Maissalat | Maiswaffeln mit Früchte |
| Donnerstag, 9. März 2023 | farbige Brötchen mit Hüttenkäse | Kalbsschnitzel mit Rettich,Steinpilzen und Reis dazu ein Salat | Knäckebröt mit Aufschnitt und Gemüse |
| Freitag, 10. März 2023 | Rührei mit Gurkenschlangen | Polenta mit Saisongemüse und einem Tomatensalat | selbstgemachte Waffeln(ohne Zucker) mit Früchte |
| Montag, 13. März 2023 | Reiswaffeln mit Hummus | Gemüseauflauf mit einem gemischten Salat | Früchtequark |
| Dienstag, 14. März 2023 | Pancakes (Ohne Zucker) | Pizza Prosciutto mit einem Karottensalat | Gemüsespiess mit Cracker |
| Mittwoch, 15. März 2023 | Rührei mit Gemüsestick | Hacktätschli mit Gemüse und Tagliatellen, dazu ein Maissalat | Salzgebäck mit Früchte |



| Wochentag | Z'Morge | Z'Mittag | Z'Vieri |
|----------------------------------|--|--|---|
| Donnerstag, 16. März 2023 | Birchermüesli | Steinpilzrisotto mit einem gemischten Salat | belegte Brötchen mit Gemüse |
| Freitag, 17. März 2023 | Smoothy`s | Tagesfisch mit Couscous, Gemüse und Salat | Dörrfrüchte mit Maiswaffeln |
| Montag, 20. März 2023 | Fruchtsalat | Pasta mit Wirz-Hackfleischsauce und einem grünen Salat | Sandwich-Schiffe |
| Dienstag, 21. März 2023 | Rührei mit Gemüsespiess | Tagesfisch mit Saisongemüse und Reis, dazu ein Salat | Bananenshake mit Cracker |
| Mittwoch, 22. März 2023 | Microc mit Butter und Confi | Gemüsepommes mit einem Tomatensalat | Orangen mit Knäckebrot |
| Donnerstag, 23. März 2023 | Blevita mit Hüttenkäse | Lasagne mit einem grünen Salat | selbstgemachte Müesliriegel mit Früchte |
| Freitag, 24. März 2023 | Brot mit Aufschnitt | Gemüse-Tätschli mit Joghurt-Dip und Salat | Gemüestick mit Dip |
| Montag, 27. März 2023 | Rührei mit Avocado | Tagesfisch mit Ofenkartoffel-Gemüse, dazu ein gemischter Salat | Frucht-Eulen |
| Dienstag, 28. März 2023 | Milchreis mit Früchte | Curry-Pouletgschnetzels mit Reis und Salat | Gemüsemuffins |
| Mittwoch, 29. März 2023 | Brot mit Frischkäse und Tomaten | Ratatouille mit Couscous und Maissalat | Microc mit Früchte |
| Donnerstag, 30. März 2023 | Orangensaft, Zwieback mit Gemüseteller | bunter Kartoffelstock mit Gemüse und Bohnensalat | Zopfteigtiere mit Gemüse |



| Wochentag | Z'Morge | Z'Mittag | Z'Vieri |
|-------------------------------|-----------------|--|----------------------------|
| Freitag, 31. März 2023 | Bananenpancakes | Spaghetti Carbonara und ein gemischter Salat | Knäckebrot mit Gurkenräder |