



Wochentag	Z'Morge	Z'Mittag	Z'Vieri
<b>Dienstag, 1. August 2023</b>			
<b>Mittwoch, 2. August 2023</b>	Gemüseomelette	Tagesfisch mit Couscous, Broccoli, an einer Joghurtsauce und Salat	Zuckerfreie Farmer mit Frucht
<b>Donnerstag, 3. August 2023</b>	farbige Brötchen mit Aufstrich	Halloumie-Gemüsespiess mit Brot	Joghurt mit Beeren
<b>Freitag, 4. August 2023</b>	Cornflakes mit Milch	Hähnchen-Curry mit Basmati-Reis	Hexezwieback mit Früchte
<b>Montag, 7. August 2023</b>	Smoothe (Frucht-/Gemüsemix)	Tomatenrisotto mit einem grünen Salat	Blevita mit Käse und Gurken
<b>Dienstag, 8. August 2023</b>	Hummus mit Brot und Gemüse	Shakshuka mit einem gem. Salat	Wassermelone mit Cracker
<b>Mittwoch, 9. August 2023</b>	Microc mit Butter und Confi	Rindsfilet stroganoff und Salat	Knäckebrot mit Gemüse
<b>Donnerstag, 10. August 2023</b>	gekochte Eier mit Gurken	Lachsspaghetti mit einem Tomatensalat	Dörrfrüchte mit Maiswaffeln
<b>Freitag, 11. August 2023</b>	Aufschnitt mit Gemüse	Ebly mit Gemüse und ein gemischter Salat	Birchermüesli
<b>Montag, 14. August 2023</b>	Toast mit Butter und Gemüse	Hackbraten mit Ofengemüse und Reis	Bruschetta



---

<b>Wochentag</b>	<b>Z'Morge</b>	<b>Z'Mittag</b>	<b>Z'Vieri</b>
<b>Dienstag, 15. August 2023</b>	Müesli mit Naturjoghurt	Piccata Milanese ( mit Tomatenspaghetti) und Salat	Beeren-Reiswaffeln mit dunkler Schokolade
<b>Mittwoch, 16. August 2023</b>	Pancakes ( Ohne Zucker )	Risotto, Gemüseragout (Peperoni, Zuchetti, Broccoli) und Salat	Birne mit Käse und Knäckebröt



Wochentag	Z'Morge	Z'Mittag	Z'Vieri
<b>Donnerstag, 17. August 2023</b>	Fruchtsalat	Kartoffelgratin mit Gemüse und Salat	Pizzaschnecken
<b>Freitag, 18. August 2023</b>	Tomaten-Mozzarella-Spiess mit Microc	Nudeln mit Garnelen,Rucola und Tomatensauce	Erdbeerfrappe
<b>Montag, 21. August 2023</b>	Petite Beure(ohne Zucker) mit Milch	Vegetarische Sommerrollen mit creme fraiche	Gemüsesticks mit Dip
<b>Dienstag, 22. August 2023</b>	Rührei mit Gemüse und Zwieback	Tagesfisch mit Couscous, Broccoli, an einer Joghurtsauce und Salat	Maiswaffeln mit Frischkäse
<b>Mittwoch, 23. August 2023</b>	Cornflakes mit Milch	Hackbraten mit Kartoffelsalat und Karotten	Eierbrötchne mit Kartottensticks
<b>Donnerstag, 24. August 2023</b>	Porridge mit Beeren	Ofen-Süsskartoffeln mit Hähnchen und einem grünen Bohnensalat	Sommerliche Fruchtpizza
<b>Freitag, 25. August 2023</b>	Fruchtsalat	Quinoa-Salat mit Tomaten und Avocado und Brot	Blevita mit Gemüsesticks und Dipp
<b>Montag, 28. August 2023</b>	Hongimelonenquark	Reis-Thon-Salat mit Mais und Gurken	Glace mit Früchte
<b>Dienstag, 29. August 2023</b>	Banaenpancakes	Hähnchen-Teriyaki mit gebratenem Reis	Wassermelone mit Fruchbrötchen
<b>Mittwoch, 30. August 2023</b>	Avocado mit Ei	Vegetarische Quiche mit Salat	Früchtespiess mit cracker



---

**Wochentag**

**Z'Morge**

**Z'Mittag**

**Z'Vieri**

**Donnerstag, 31. August 2023**

Brot mit Butter und Confi

Mahmeh mit einem gemischten Salat

Toast mit Käseaufschnitt und Gurken