

Menüplanung Windisch: Monat September 2020



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Zmittag		01.09 Ris Casimir Mischsalat Rohes Gemüse	02.09 Ofenkartoffeln, Tofu an brauner Sauce, Mais- und grüner Salat, rohes Gemüse	03.09 Bulgur, Pouletgeschnitztes Kokosmilchsauce mit Gemüse, Salat, rohes Gemüse	04.09 Fischbaquette Gurken-, Tomaten-, und grüner Salat Rohes Gemüse
Zvieri		Schoggimilch, Zwieback, Früchte	Birchermüesli	Salztierli, Früchte	Brot mit Hüttenkäse, Früchte
Zmittag	07.09 Fisch Kartoffeln Bohnen Salat; Rohes Gemüse	08.09 Teigwaren Zucchettisauce Salat Rohes Gemüse	09.09 Couscous Kalbsgeschnitztes Broccoli Salat, rohes Gemüse	10.09 Spätzlipfanne mit Tomaten/Gemüsesauce Salat Rohes Gemüse	11.09 Reis Hackfleischchügeli Erbsli und Rüebl Salat, rohes Gemüse
Zvieri	Joghurt mit Honig, Früchte	Brot, Käsemöckli, Früchte	Früchtequark	Darvida, Früchte	Kelloks mit Milch
Zmittag	14.09 Tikka masala (indisches Fleischgericht) Teigwaren, Salat, rohes Gemüse	15.09 Thontoast mit Mozzarella Mais-, und grüner Salat Rohes Gemüse	16.09 Ofenrösti mit Käse überbacken, Mais-, Gurgen- und Grüner Salat Rohes Gemüse	17.09 Bratwurst Reis, Erbsli mit Rüebl Salat Rohes Gemüse	18.09 Ebli mit Gemüse und crème fraîche, Gekochte Eier, Salat, Rohes Gemüse
Zvieri	Tomaten, Mozzarella, Früchte	Crackers, Früchte	Früchtejoghurt	Käsestückli, Brot, Früchte	Birchermüesli
Zmittag	21.09 Vegi Pizza Salat Rohes Gemüse	22.09 Wienerli im Teig Tomaten-, und grüner Salat Rohes Gemüse	23.09 Bulgur Fisch an Kräutersauce, Blumenkohl Salat Rohes Gemüse	24.09 Penne Tomatensauce Broccoli, Salat Rohes Gemüse	25.09 Reis Pouletgeschnitztes an Rahmsauce Kefe, Salat Rohes Gemüse
Zvieri	Schoggimilch, Darvida, Früchte	Brot, Hüttenkäse, Früchte	Bananenmilch, Zwieback, Früchte	Brot mit Philadelphiakäse, Früchte	Gurken, Käsemöckli, Microc
Zmittag	28.09 Pouletbrust Paprika/Tomatensauce Bulgur Salat Rohes Gemüse	30.09 Geschwellte mit Quarkdip Gurken- und Tomatensalat, Käse			
Zvieri	Naturjoghurt mit Honig, Früchte	Tomaten, Mozzarella, Reiswaffeln			