

# Menüplanung Kita Rössli nach den Kriterien von "Schnitz und Drunder"

Januar 2014

## Woche 1

Tag	Znüni	Getränke	Mittagessen	Getränke	Zvieri	Getränke
<b>Montag</b>	Getreidewaffeln mit Kräuterkäse Früchte	Früchtetee Wasser	Buntes Hackfleisch Vollkornhörnli Saisonsalat	Apfelsaft 1:1 Wasser / Tee	Früchte Cornflakes mit Milch	Früchtetee Wasser
<b>Dienstag</b>	Früchte Blevita / Nüsse / Dörrfrüchte	Kräutertee Wasser	Ofenrösti Hüttenkäse Saisonsalat	Orangensaft 1:1 Wasser / Tee	Pausenspiesschen Vollkornbrot, Käse, Essiggurken, Rüeblirädli *** Kinder helfen mit ***	Kräutertee Wasser
<b>Mittwoch</b>	Früchte Vollkornriegel	Früchtetee Wasser	Suppe Fruchtwähe *** Kinder helfen mit ***	Apfelsaft 1:1 Wasser / Tee	Quark mit Früchte und gemahlene Nüssen Blevita	Früchtetee Wasser
<b>Donnerstag</b>	Knäckebrötchen mit Frischkäse Früchte	Kräutertee Wasser	Fischgratin Basmativollreis Saisongemüse	Orangensaft 1:1 Wasser / Tee	Gemüestängeli mit Dip Grissini oder Gemüse-Zwirbel *** Kinder helfen mit ***	Kräutertee Wasser
<b>Freitag</b>	Früchte Blevita / Nüsse / Dörrfrüchte	Früchtetee Wasser	Ofenguck Rüeblisalat	Apfelsaft 1:1 Wasser / Tee	Vollkornbrot mit Butter und feinen Gemüsescheiben	Früchtetee Wasser

Rind-/Schweinefleisch
Vegetarisch
Fisch
Poulet
Wurst/Brät/Schinken-/Speckwü.

- Individuelle Haupt- und Zwischenmahlzeiten für Babys mit hausgemachtem Gemüse und Apfelbrei.
- Früchte und Gemüse werden der Jahreszeit angepasst.
- Tee wird ungesüsst zubereitet, Fruchtsäfte werden 1:1 verdünnt.
- Zur Hauptmahlzeit steht den Kindern Brot zur Verfügung.

