

Menüplan MiniKita Woche 1

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Vollkornpasta Rührrei Überbackene Tomaten	Riz Casimir mit Poulet Gemischter Salat	Käsehörnli Auflauf mit Schinken Randensalat	Kürbiscreme Suppe Ebly Gemüse-Gratin	Omeletten mit diverser Füllung Rohkostteller
Zvieri	Joghurt mit Früchten	Darvida Rohkostteller mit Dipp	Selbstgemachte Schoggibrötli	Ei-Avocado Röllchen	Fruchtsalat

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 2

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Cuscus mit Quorn geschnitztes an Rahmsauce Gemischter Salat	Süsskartoffel, Rüebli Suppe Tortellini Ricotta/Spinat	Gehacktes mit Hörnli Apfelmousse Maissalat	Vollkornnudeln Chicken Nuggets Erbsli/Rüebli	«Gschwellti» Aufschnitt und Käseplatte Gurkenrädli
Zvieri	Selbstgemachte Käsegipfeli Früchte	Porridge mit Apfel und Zimt	Oliven und Käse mit Cherry Tomätli und Cracker	Darvida mit Butter und Konfi	Crisini Rohkostteller mit Dipp

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 3

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Kroketten Cordonbleu Frische Karotten	Spaghetti al Tonno Griechischer Salat	Reis mit Saltimbocca Ratatouille	Kartoffel / Rüebli Suppe Flammkuchen	Gemüse Lasagne Gemischter Salat
Zvieri	Vollkorntoast mit Frischkäse	Birchermüesli	Selbstgemachte Früchteweihe	Semmeli mit Aufschnitt Rohkostteller	Farmerstängel Früchte

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 4

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Penne Carbonara Griechischer Salat	Reis Zanderfilet mit Zitronensauce Weisser Chiccoreé	Quinoa Auflauf	Schinken/Käse Toast Mais und Rüeblli Salat	Buchstaben Suppe Wienerli im Teig Rohkostteller
Zvieri	Kernbrötli mit Avocado Aufstrich	Bananen Pancakes	Crisini mit Käse und Oliven	Apfelmuffins	Maispops Dippsauce Rohkost

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 5

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Pizzaplausch Gemischter Salat	Minestrone Italiana mit Kartoffeln Rohkostteller	Eblypfanne mit Gemüse	Vollkornteigwaren Tofu mit Rahmsauce Blumenkohlaufauf	Salzkartoffeln mit Fischknusperli Rahmspinat
Zvieri	Selbstgemachter Zopf mit Butter und Konfi Früchte	Darvida mit Kirrikäsli Gurkenrädli	Zimtstrudel Früchte	Reiswaffeln mit Hüttenkäse Rohkostteller	Frücteshake und Cracker

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 6

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Safranrisotto Rindsgeschnetzeltes Bohnen	Pommes Duchesse Fischfilet Mischgemüse	Pasta/Cervelat Auflauf Gemischter Salat	Kartoffelsalat Bratwürste Gemischer Salat	Fajitaplausch
Zvieri	Kürbismuffins	Quark mit Heidelbeeren und Ahornsirup Früchte	Knäckebrot mit Le Parfait Früchte	Maiswaffel mit Frischkäse Früchte	Pestoschnecke Früchte

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 7

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Reis Pangasius Filet Spinat	Lasagne Gemischter Salat	Hot Dog Rohkostteller	Tomatenrisotto Gemischter Salat	Stocki Pouletgeschnetzeltes Kefen
Zvieri	Hafermüesli mit Beeren	Dörrobst Rohkostteller	Selbstgemachte Früchteweihe	Cornflakes mit Joghurt Früchte	Kernbrötli mit Frischkäse Gurkenrädli

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 8

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Vollkornnudeln Zuchetti / Peperoni Milanese	Älplermakkaronen Mit Apfelmousse Maisalat	Tomatensuppe und Schinkengipfeli	Ebly Gemüsepatte Hüttenkäse	Curryreis mit Poulet Blumenkohl
Zvieri	Beeren Smoothie Cracker	Joghurt mit Cornflakes Früchte	Gemüse mit Quarkdipp	Häzezwieback	Selbstgemachte Rüblmuffin Früchte

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 9

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Reis Brätkügel Erbsi/ Rüebli	Vollkornudeln Käseplätzli Gemischter Salat	Salzkartoffeln Fischstäbchen Karotten/Maissalat	Buchstabensuppe Toast Hawaii mit diversen Belegen	Tortellini mit Cinque P Sauce Rohkostteller
Zvieri	Schinkengipfeli selbstgemacht Früchte	Cornflakes mit Milch Früchte	Bananen Pancakes Früchte	Fruchtsalat	Knäckebrot mit Kirrikäsli Rohkostteller

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 10

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Kartoffelgratin Wienerli Gemischter Salat	Ebly mit Kalbsplätzli an Rahmsauce Frische Karotten	Fajitaplausch	Spaghetti mit Tomatensauce Mozzarella/Tomatensalat	Cuscus Quorngeschnetzeltes Bohnen
Zvieri	Maiswaffeln mit Frischkäse Gurkenrädli	Maispopps Rohkostteller mit Dipp	Farmerstängel Früchte	Selbstgemachte Brötli Früchte	Früchtechips selbstgemacht

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 11

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	«Risibis» mit diverselem Gemüse	Salzkartoffeln Kabeljau Filet Blattspinat	Spätzlipfanne mit Pilzen und Rahmsauce	Pizza mit diversen Belegen Gemischter Salat	Polenta mit Rindsgeschnetzeltes und Tomatensauce Zuchettigratin
Zvieri	Griessbrei mit Zimt	Microc mit Aufstrich Früchte	Selbstgemachtes Bananenbrot	Darvida Hummus Sandwiches	Selbstgemachte Früchtebrötli

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE

Menüplan MiniKita Woche 12

Woche vom

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
Mittag	Pommes Duchesse Fischstäbli Rahmspinat	Spaghettiplausch Rohkostteller	Knöpfli mit Stroganoff Geschnetzertes Rüebli	Ravioli mit Käse- Rahm Sauce Gemischter Salat	Bulgur Tofu gebraten Frische Karotten
Zvieri	Olivenbrot mit Kirri	Pizza Schnecke mit Toscana Creme	Brotchips mit Le Parfait Aufstrich	Porridge mit Beeren	Selbstgemachte Früchte

Deklaration

Fleisch → CH

Fisch → CH/DE