

## Menüplan MiniKita Woche 1

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Hörnli-Auflauf mit Schinken & Käse  Gemischter Salat	Lachstagliatelle mit Rahmsauce  Broccoli	Chilli con Carne mit Reis und Bohnen  Maissalat	Spinat Lasagne mit Bechamel  Gemischter Salat	Tages-Suppe  Gemüsestrudel
<b>Zvieri</b>	Birchermüesli	Darvida mit Butter und Konfi  Fruchtspiessli	Früchteweiche	Ei-Avocado Röllchen  Früchte	Blaubeer-Muffins  Früchte

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<a href="#">Menü mit Fleisch</a>
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	<a href="#">Menü mit Fisch</a>
	<a href="#">Vegi Menü</a>
	<a href="#">Menü variabel Vegi oder Fleisch</a>

## Menüplan MiniKita Woche 2

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Spätzlipfanne mit Creme Fraiche (Speckwürfeli)  Broccoli	Safran Risotto  Erbsli/Rüebli	Vollkornnudeln Fischknusperli  Frische Karotten	Gehacktes mit Hörnli & Apfelmousse  Rohkost	Bulgur Auflauf mit Quorn & Gemüse
<b>Zvieri</b>	Selbstgemachte Maisbrötli  Rohkost	Porridge mit Apfel und Zimt	Bananen Pancakes	Oliven und Käse mit Cherry Tomätsli und Cracker	Crisini Rohkostteller mit Dipp

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	Menü mit Fisch
	Vegi Menü
	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 3

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Tortellini Ricotta Rahmsauce  Mischgemüse	Spaghetti Bolognese  Griechischer Salat	Cuscuspflanne mit Kartoffeln, Peperoni und Karotten	Kroketten mit Fischstäbchen  Rahmspinat	Saltimbocca mit Reis  Ratatouille
<b>Zvieri</b>	Vollkorntoast mit Frischkäse Gurkenrädli	Milchreis mit Früchten	Selbstgemachte Früchteweise	Semmeli mit Aufschnitt  Rohkoststeller	Farmerstängel  Früchte

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<a href="#">Menü mit Fleisch</a>
Fleisch > CH	
Fisch > CH / D	<a href="#">Menü mit Fisch</a>
Backwaren > CH / D	<a href="#">Vegi Menü</a>
	<a href="#">Menü variabel Vegi oder Fleisch</a>

## Menüplan MiniKita Woche 4

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Salzkartoffeln  Fischfilet an Zitronensauce  Spargel	Ebly  Gefüllte Peperoni mit Hack  Gemischter Salat	Reiseintopf mit Gemüse	Spaghetti Carbonara  Nüsslisalat mit Ei & Croutons	Schupfnudeln an Cinque P Sauce  Mischgemüse
<b>Zvieri</b>	Kernbrötli mit Avocado Aufstrich	Fruchtsalat  Microc	Toast mit Toscana Aufstrich  Rohkost	Apfelmuffins mit Zimt	Häxezwieback mit Früchten

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<a href="#">Menü mit Fleisch</a>
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	<a href="#">Menü mit Fisch</a>
	<a href="#">Vegi Menü</a>
	<a href="#">Menü variabel Vegi oder Fleisch</a>

## Menüplan MiniKita Woche 5

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Süßkartoffeln mit Tofu an Paprikasauce	Pasta / Wurstli - Auflauf mit Erbsli Gemischter Salat	Pizzaplausch mit diversen Belegen	Minestrone Rohkostteller	Reis mit Fischknusperli Rahmspinat
<b>Zvieri</b>	Selbstgemachter Zopf mit Butter und Konfi Früchte	Darvida mit Kirrikäsli Gurkenrädli	Zimtstrudel Früchte	Reiswaffeln mit Hüttenkäse Rohkostteller	Toast mit Le parfait Früchte

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	Menü mit Fisch
	Vegi Menü
	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 6

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Pasta Salat oder Suppe  Wienerli	Pommes Duchesse Fischfilet  Ratatouille	Nasi / Bami Goreng	Flammkuchen mit Speck  Rohkost	Diverses Ofengemüse  Hüttenkäse
<b>Zvieri</b>	Quarkbrötli  Rohkost	Pancakes mit Heidelbeeren	Knäckebrot mit Le Parfait  Früchte	Pestoschnecke  Rohkost	Maiswaffel mit Frischkäse  Früchte

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
	Menü mit Fisch
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	Vegi Menü
	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 7

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Onepot mit Nudeln, Lachs und Broccoli	Hot Dog  Karotten / Maissalat	Lasagne  Gemischter Salat	Tomatenrisotto  Gemischter Salat	Kartoffelgratin Pouletgeschnetzeltes  Blumenkohl
<b>Zvieri</b>	Hafermuesli mit Beeren	Dörrobst  Rohkostteller mit Dipp	Speckzopf  Früchte	Cornflakes mit Joghurt  Früchte	Kernbrötli mit Frischkäse  Gurkenräddli

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
Fleisch > CH	Menü mit Fisch
Fisch > CH / D	Vegi Menü
Backwaren > CH / D	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 8

	<i>Montag</i>	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>
<b>Mittag</b>	Spaghetti al Tonno  Caprese Salat	Älplermakkaronen Mit Apfelmousse  Maisalat	Vollkornnudel Auflauf mit Peperoni & Auberginen	Asia Wok Pfanne (Crevetten)  Gemüse	Ebly Quorngeschnetzeltes  Hüttenkäse
<b>Zvieri</b>	Selbstgemachte Rüeblimuffin  Früchte	Joghurt mit Cornflakes  Früchte	Häxezwieback  Früchte	Hummus Cracker  Rohkost	Früchte Smoothie  Cracker

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<a href="#">Menü mit Fleisch</a>
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	<a href="#">Menü mit Fisch</a>
	<a href="#">Vegi Menü</a>
	<a href="#">Menü variabel Vegi oder Fleisch</a>

## Menüplan MiniKita Woche 9

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Kartoffel Auflauf mit Feta und Tomaten	Reis Brätkügeli mit Pastetli  Erbsi/ Rüebli	Ebly mit Fischstäbchen  Rahmspinat	Züri Gschnetzeltes mit Tofu & Pilzen	Toast Hawaii  Rohkost
<b>Zvieri</b>	Knäckebrot mit Kirrikäsli  Rohkostteller	Bircher Müesli  Früchte	Toast mit Avocadoaufstrich  Rohkost	Früchte / Gemüsebrötli selbstgemacht	Fruchtsalat und Cracker

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	Menü mit Fisch
	Vegi Menü
	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 10

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Cucus Onepot mit Gemüse & Lachs	Penne Amatriciana Tomatensauce (mit Speck)  Griechischer Salat	Fajitaplausch	Süsskartoffel / Kichererbsen Curry	Ebly mit Pouletbrüstli an Rahmsauce  Blumenkohl
<b>Zvieri</b>	Maiswaffeln mit Frischkäse  Gurkenrädli	Olive, Käse und Crissini  Früchte	Selbstgemachte Brötli  Rohkost	Farmerstängel  Früchte	Früchtechips selbstgemacht  Cracker

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	Menü mit Fleisch
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	Menü mit Fisch
	Vegi Menü
	Menü variabel Vegi oder Fleisch

## Menüplan MiniKita Woche 11

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Pizza mit diversen Vegi Belegen  Gemischter Salat	Salzkartoffeln Kabeljau Filet  Blattspinat	Polenta mit Rindsgeschnetzeltes und Tomatensauce  Frische Karotten	Gnocchi an Rahmsauce  Gemüse im Ofen	Wurstli / Pasta Gratin  Gemischter Salat
<b>Zvieri</b>	Birchermüesli  Früchte	Selbstgemachtes Bananenbrot	Microc mit Aufstrich  Früchte	Darvida Hummus Sandwiches	Microc mit Butter & Konfi  Früchte

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<a href="#">Menü mit Fleisch</a>
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	<a href="#">Menü mit Fisch</a>
	<a href="#">Vegi Menü</a>
	<a href="#">Menü variabel Vegi oder Fleisch</a>

## Menüplan MiniKita Woche 12

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mittag</b>	Reis Geschnetzeltes mit Zitronenrahmsauce Zucchetti	Knöpfli Stroganoff mit Rüebli, Peperoni, Pilz und Gürkli	Pommes Duchesse Fischstäbchen Gurkensalat	Pasta Auflauf mit Schinken und Broccoli	Rösti & Rührrei Rohkost
<b>Zvieri</b>	Olivenbrot mit Frischkäse	Pizza Schnecken	Cracker mit Aufstrich	French Toast Früchte	Porridge mit Apfelzimt

Deklaration	Einkauf Migros / Coop
	<b>Menü mit Fleisch</b>
Fleisch > CH Fisch > CH / D Backwaren > CH / D	<b>Menü mit Fisch</b>
	<b>Vegi Menü</b>
	<b>Menü variabel Vegi oder Fleisch</b>