



Ausgabe 1 2011

DER LE MENU WOCHENPLAN

Woche 1 Januar/Februar 2011



** Rezept aus dem aktuellen Heft

MITTAGESSEN

Montag

Wurzelgemüse-
Spaghetti**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Dienstag

Salat
Griessrondellen auf
Medaillons**
Lauchgemüse

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Mittwoch

Gemüsesuppe
Mais-Pizza*

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Donnerstag

Randensalat
Ofenfleischkäse mit
gebratenem
Kartoffelsalat**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Freitag

Salat
Spätzligratin**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

ABENDESSEN

Vanille-Reisauflauf mit
Birnenkompott**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Gemischter Salat
Hüttenkäse-Canapés*

Nüsslisalat
Gemüse-Gipfeli**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Apfel-Rüebli-Brot*
Käse, Butter

Mandel-Müesli*
Vollkornbrot, Frischkäse

DESSERT/ZVIERI

Zvieri:
Schoggi-Muffin mit
Marzipanfüllung*
Dazu passt ein Glas
Milch

TIPP

Alle mit * und ** ausgezeichneten
Rezepte finden Sie auf den
nachfolgenden Seiten.