



Ausgabe 11/2011



DER LE MENU WOCHENPLAN

Woche 1 November 2011

MITTAGESSEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Rüebli Salat Schweinsgeschnetztes an Kräuter-Senf-Sauce* Reis	Rippli-Gemüse-Eintopf**	Salat Fleischtaschen mit Sbrinz** Nudeln	Salat Wintergratin**	Salat Nudelauflauf*
	** Rezept aus dem aktuellen Heft	** Rezept aus dem aktuellen Heft	** Rezept aus dem aktuellen Heft	

ABENDESSEN

Café complet: Käse, Jogurt mit frischen Früchten, Vollkornbrot, Butter	Raclette-Schinken-Toast* frisches Birnenkompott	Kürbissuppe mit Safranhaube* Kräuter-Grissini*	Früchtequark Bauernbrot, Butter	Gschwellti Gemüestängeli Hüttenkäse
---	--	--	------------------------------------	---

DESSERT/ZVIERI

				Ruckzuck-Pudding**
				** Rezept aus dem aktuellen Heft

TIPP

	Die rezeptierte Menge für den Raclette-Schinken-Toast der Familiengrösse anpassen.	Doppelte Menge Nudeln zubereiten für den Auflauf		Alle mit ** und * ausgezeich- neten Rezepte finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.
--	--	---	--	--