



Ausgabe 10/2011



WOCHENMENU

Rosenkuchen**

** Rezept aus dem aktuellen

MITTAGESSEN

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Pilz-Poulet-Pfanne**	Salat Hacktätschli mit Tomatensauce** Bratkartoffeln	Salat Käse-Makkaroni mit Nusspesto*	Rüebli-salat Geschnetzeltes mit Birnen im Reising**	Gemischter Salat Herbstwähe**
** Rezept aus dem aktuellen Heft	** Rezept aus dem aktuellen Heft		** Rezept aus dem aktuellen Heft	** Rezept aus dem aktuellen Heft

ABENDESSEN

Apfel-Nuss-Blechkuchen** Kalte Milch	Gemüestängeli Quarkdipp Käse Nussbrot	Gemüsesuppe Käse-Schinkengipfeli*	Jogurt mit frischem Saisonobst Brot, Butter und Käse	Bauernsalat* Vollkornbrot
** Rezept aus dem aktuellen Heft				

DESSERT/ZVIERI

				Dessert-Idee Apfelschaum-Dessert**
				** Rezept aus dem aktuellen Heft

TIPP

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