



MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

## Frühstück

Müsli oder Frühstücksbrei  
&  
Smoothie

Brot  
&  
Rohkost

Brötchen  
&  
Rohkost

Brot  
&  
Rohkost

Süßes  
Frühstück

## Mittagessen

Pürree, Eintopf,  
Cremesuppe  
etc.

Nudeln

Kartoffeln

Reis, Couscous,  
Bulgur, Ebly  
etc.

Pizza, Pfannkuchen,  
Milchreis, Grießbrei,  
etc.

## Snacks

Smoothie  
&  
Joghurt

Rohkost  
&  
Snackkram

Obst  
&  
Snackkram

Käsebrot  
&  
Snackkram

Obstmus

