

Vesperplan

Vom 22.04. – 26.04.2024

Montag	Früchtejoghurt mit Müsli oder Haferflocken
Dienstag	Mich/Körnerbrot mit Leberwurst, dazu Obst
Mittwoch	Wrap gefüllt mit Aufstrich und Salat
Donnerstag	Cracker oder Knusperstangen mit Kräuterquark und Gemüsesticks
Freitag	Mischbrot mit Linsenaufstrich oder Frischkäse, dazu saure Gurken

Vom 29.04. – 03.05.2024

Montag	Frisches Obst auf Naturjoghurt
Dienstag	Laugenstangen mit Frischkäse, dazu Tomaten und Gurken
Mittwoch	Mischbrot mit Geflügelsalami, dazu Obst
Donnerstag	Haferkekse, dazu Fruchtquark
Freitag	Schnittlauchbrot, dazu Gemüsesticks