



Menüplan Tagesstern Fehraltorf – Oktober 2022

Woche 40	Woche 41	Woche 42	Woche 43	Woche 44
Montag (03.10.22) Salat Teigwaren mit einer Kürbis-Ricotta-Sauce	Montag (10.10.22) Salat Reis mit Gemüsecurry	Montag (17.10.22) Salat Penne mit Tomatensauce dazu Erbsli und Reibkäse	Montag (24.10.22) Salat Herbstsuppe mit Brot und Wienerli	Montag (31.10.22) Salat Reis Casimir mit Poulet dazu Broccoli
Dienstag (04.10.22) Salat Chili Con Carne mit Reis	Dienstag (11.10.22) Salat Käsehörnli mit frischem Apfelmus	Dienstag (18.10.22) Salat Tofuschnitzel mit Couscous dazu Kräuterquark	Dienstag (25.10.22) Salat Überbackener Reis mit Mozzarella dazu Buttergemüse	
Mittwoch (05.10.22) Salat Salzkartoffel mit Senfeier und Grünen Bohnen	Mittwoch (12.10.22) Salat Chicken Nuggets mit Ofenkartoffel und Kräuterquark	Mittwoch (19.10.22) Salat «Kantonesischer Reis» (Reis mit Eier, Schinken und Gemüse)	Mittwoch (26.10.22) Salat Fajita zum selber füllen mit Poulet, Gemüse und Saucen	
Donnerstag (06.10.22) Salat Eblygratin dazu Kohlrabigemüse	Donnerstag (13.10.22) Salat Spinatlasagne	Donnerstag (20.10.22) Salat Pizza Margherita mit Gemüse belegt	Donnerstag (27.10.22) Salat Teigwaren mit einer Tomaten-Thunfischsauce dazu Blumenkohl	
Freitag (07.10.22) Salat Gemüsesuppe mit Käsetoast	Freitag (14.10.22) Salat Kartoffelgratin dazu Sauerkraut	Freitag (21.10.22) Salat Wurst-Gulasch mit Polenta und Grünen Bohnen	Freitag (28.10.22) Salat Couscous mit Tofugeschnetzeltem dazu Rotkraut	