



## Menüplan Tagesstern Fehraltorf – Januar 2023

Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4	Woche 5
	<b>Montag (09.01.23)</b> Salat  Maisgnocchi aus dem Ofen mit einem Gemüseragout	<b>Montag (16.01.23)</b> Salat  Käsespätzli dazu Rotkraut	<b>Montag (23.01.23)</b> Salat  Schlemmerfischfilet mit Reis dazu Erbsligemüse	<b>Montag (30.01.23)</b> Salat  Teigwaren mit einer Schinken-Rahmsauce dazu Maissalat
<b>Dienstag (03.01.23)</b> Salat  Gemüsesuppe mit Wienerli und Brot	<b>Dienstag (10.01.23)</b> Salat  Ebly mit Gemüsesauce und Reibkäse	<b>Dienstag (17.01.23)</b> Salat  Fischstäbli mit Salzkartoffel und Rahmspinat	<b>Dienstag (24.01.23)</b> Salat  Pizza Margherita	<b>Dienstag (31.01.23)</b> Salat  Frühlingsrolle mit Sweet-and-Sour-Sauce und Basmatireis dazu Broccoli
<b>Mittwoch (04.01.23)</b> Salat  Überbackene Cannelloni dazu Erbsligemüse	<b>Mittwoch (11.01.23)</b> Salat  Risotto dazu Broccoligemüse	<b>Mittwoch (18.01.23)</b> Salat  Couscous mit Gemüse-Frischkäsebällchen dazu Kräuterquark	<b>Mittwoch (25.01.23)</b> Salat  Ebly an einer Kokos-Lauchsauce	
<b>Donnerstag (05.01.23)</b> Salat  Kartoffelstock mit Hackfleischbällchen dazu Rüebligemüse	<b>Donnerstag (12.01.23)</b> Salat  Überbackene Teigwaren dazu Kohlrabigemüse	<b>Donnerstag (19.01.23)</b> Salat  Pouletgeschnetzeltes mit Polenta dazu Grüne Bohnen	<b>Donnerstag (26.01.23)</b> Salat  Gemüsesuppe mit Käsetoast	
<b>Freitag (06.01.23)</b> Salat  Asiatische Tofu-Gemüse-Nudelpfanne	<b>Freitag (13.01.23)</b> Salat  Quesedilas mit Hackfleisch dazu Creme Fraiche und Rüebligemüse	<b>Freitag (20.01.23)</b> Salat  Teigwaren mit Tomatensauce und Reibkäse dazu Wirzgemüse	<b>Freitag (27.01.23)</b> Salat  Gnocchi-Tomaten-Rahm-Mozzarella-Gratin dazu Rüebligemüse	