

Znüniplan

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| KnäckebrotBündnerfleischApfel | Nussbrotmediterraner AufstrichApfel | BananenshakeApfel | BriocheApfel | JoghurtHonigBlaubeeren |

Zvieriplan

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
| MärtgassbrotHartkäseFrüchte | VollkornbrotLyonerGurkeFrüchte | DinkelbrotTomateMozzarellaFrüchte | ProteinbrötchenFetakäseFrüchte | VollkornbrotGruyereRüeblistangeFrüchte |