



Ausgabe 7/8 2010

DER LE MENU WOCHENPLAN

Woche 1 Ausgabe Juli/August 2010



MITTAGESSEN

Montag

Sommer-
Geschnetzeltes**
Orecchiette-Teigwaren
Broccoli

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Dienstag

Kalb-Pilz-Toast*
Rüebli

Mittwoch

Salat
Tomaten-Mozzarella-
Wähe**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Donnerstag

Sommersalat
Gratinierte
Schinkenrollen*

Freitag

Gemüse-Wraps**
Pouletbrüstchen vom
Grill

** Rezept aus dem aktuellen Heft

ABENDESSEN

Kohlrabi-Hüttenkäse-
Salat*
Brot, Butter

Orecchiette-Salat**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Birchermüesli mit
frischen Früchten
Brot, Butter

Café complet
Himbeer-Mandel-
Frappé*

Chriesiprägel*
Quark mit Zimt

DESSERT/ZVIERI

Zvieri
Himbeer-Madeleines**
Dazu ein Glas Milch

** Rezept aus dem aktuellen Heft

Dessert
Melonen-
Halbgefrorenes**

** Rezept aus dem aktuellen Heft

TIPP

Tipp
Doppelte Menge Orecchiette für
den Salat zubereiten.

Tipp
Alle mit * und **
ausgezeichneten Rezepte finden
Sie auf den nachfolgenden
Seiten.