

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Déjeuner	<ul style="list-style-type: none"> Lait/café/thé Pain bis, pain complet, pain paysan, pain d'épeautre, tresse du dimanche Beurre, confiture 				<ul style="list-style-type: none"> Yogourt nature avec des baies Birchermuesli Fromage Oeufs brouillés 		
Repas principal	<ul style="list-style-type: none"> Petite assiette de salade Escalope de porc, sauce aux cerises Riz 	<ul style="list-style-type: none"> Salade de chou-fleur Ragoût de veau aux courgettes Purée de pommes de terre 	<ul style="list-style-type: none"> Salade verte avec des radis Cannelloni aux légumes 	<ul style="list-style-type: none"> Salade iceberg et carottes Boeuf Stroganoff Polenta Chou-pomme 	<ul style="list-style-type: none"> Salade pommée avec des oeufs Filets de féra à la ciboulette Pommes de terre nouvelles Brocolis aux amandes 	<ul style="list-style-type: none"> Salade feuille de chêne et mozzarella Poulet au miel Nouilles à l'épeautre Carottes 	<ul style="list-style-type: none"> Salade verte Salade de fenouil Knöpfli à la farine complète, sauce épinards-mascarpone
Suggestions		<i>Préparer éventuellement une double ration de purée, de manière à en avoir pour jeudi</i>					<i>Préparer les knöpfli la veille</i>
Repas léger	<ul style="list-style-type: none"> Salade verte Couronne de pain farcie de jambon, fromage et oeufs 	<ul style="list-style-type: none"> Soupe de pommes de terre Soufflé de semoule aux cerises 	Menu à un prix avantageux <ul style="list-style-type: none"> Salade à tondre Gâteau aux carottes et au fromage 	<ul style="list-style-type: none"> Velouté aux carottes Ofägugg (Purée de pommes de terre aux lardons) 	A préparer avec les enfants <ul style="list-style-type: none"> Crêpe effilochée aux cerises 	A préparer avec les enfants <ul style="list-style-type: none"> Salade mêlée Risotto à la saucisse à rôtir 	<ul style="list-style-type: none"> Salade du jardin Gratin de pain aux cerises
Suggestions	<i>Emporter en pique-nique lors d'une excursion</i>						
Dessert	<ul style="list-style-type: none"> Tourte au kirsch de Zoug 	A préparer avec les enfants <ul style="list-style-type: none"> Crème aux cerises 	<ul style="list-style-type: none"> Madeleines de Zoug 	<ul style="list-style-type: none"> Parfait aux cerises 	<ul style="list-style-type: none"> Tarte aux cerises et au séré 	<ul style="list-style-type: none"> Soufflé aux cerises 	<ul style="list-style-type: none"> Glace vanille et cerises au kirsch
Collations	<ul style="list-style-type: none"> Yogourt nature avec des fruits ou des baies fraîches Fruits de saison Bâtonnets de légumes Barres de céréales Compote de cerises 			<ul style="list-style-type: none"> Frappé aux baies Gâteau aux fruits Fruits secs Pain aux fruits A préparer avec les enfants : Boisson aux cerises 			
Boissons	<ul style="list-style-type: none"> Thé froid (p.ex. menthe, mélisse citronnelle, herbes aromatiques, tilleul) Eau Jus de pomme dilué avec de l'eau minérale Sirop de fleurs de sureau, sirop de baies 						