

Speiseplan für das Wochenende am Rursee 02.-04.07.2021

Name des Kindes:

Kreuze bitte an, was du gerne essen und trinken möchtest:

Frühstück:

1. Tag

2. Tag

„Herzhaft in den Tag“: 2 Brötchen
Rührei mit Bacon
Leberwurst
Salami
Joghurt

„Fit in den Tag“: 2 Brötchen
1 Ei
Frischkäse mit Kräutern
Käse
Joghurt
Apfel, Trauben
Gurke, Möhren

„Süß in den Tag“: 1 Brötchen
1 Croissant
Marmelade / Nutella
Joghurt
Müsli
Melone

Milch

Kakao

Früchtetee

1. Abendessen:

„Robinson Crusoe-“
Fischstäbchen-Burger“

Burgerbrötchen, Gurke,
Zwiebel, Tomatenketchup

oder „Freitag´s Fusilli-Topf“ oder

Spiralnudeln, Bio-Hackfleisch
Paprika, Zwiebel, Tomaten, Kräuter

„Basta Solo Pasta“

wie Fusilli-topf
ohne Hack

2. Abendessen:

„Grillteller“

Grillwurst /Hähnchen
Djuvec Reis, Ketchup
Senf, Röstzwiebeln,
gemischter Salat

oder

„Gefüllte Paprikaschote“

Djuvec-Reis, Grillgemüse
Veta, Ajvar

Wasser und Obst steht jederzeit zur Verfügung .

Das Mittagessen gestaltet sich je nach Wetterlage und dementsprechendem Programmpunkt.