

## Tipps für gesunde Znüni und Zvieri



**Früchte:** Apfel, Birne, Kiwi, Orange, Mandarine, Zwetschgen, Trauben, Melonen, Beeren, Kirschen, Pfirsiche, Aprikosen...



**Gemüse:** Rübli, Gurken, Tomate, Kohlrabi, Peperoni, Rhabarber, Radiesli, Fenchel...



**Allerlei:** Reiswaffeln, Knäckebrot, Nüsse, Brot, Sandwich, Darvida, Zwieback...



**Bitte schreiben Sie** alle Znüniböxli der Kinder gut sichtbar an, damit wir wissen, wem liegen gebliebene Gegenständen gehören.