

Woche 30

## Menü 1

## Menü 2

### Montag

21 Juli

Trutengeschnetzeltes, Erbsenreis 🌾🥣🍷  
Auberginensalat 🍆

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥣🍷  
Saisonsalat

### Dienstag

22 Juli

🐷 Heisser Fleischkäse mit Kartoffelsalat 🥣🍷🍷  
Saisonsalat  
Senf 🌿

Bündner Pizokel mit Gemüserahmsauce 🌾🥣🍷  
Saisonsalat

### Mittwoch

23 Juli

🐷 Spaghetti "Carbonara" 🌾🥣🍷  
Saisonsalat mit Kürbiskernen

Götterspeise (Apfel-Vanille-Zwieback) 🌾🍷🍷

### Donnerstag

24 Juli

Ratatouillestrudel 🌾🥣🍷🍷  
Gemischter Salat 🍆

Vegetarische Capuns 🌾🥣🍷  
Gemischter Salat 🍆

### Freitag

25 Juli

Rindssiedfleischsalat garniert 🥣🍷🍷  
Semmeli 🌾

Linsenlasagne 🌾🥣🍷  
Saisonsalat mit Sesam 🌿🍷

### Samstag

26 Juli

Pastetli "Königin Art" 🌾🥣🍷🍷  
Gurkensalat mit Dill 🥣🍷

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse und Jogurt  
🌾🥣🍷🍷  
Saisonsalat

### Sonntag

27 Juli

"Cottage Pie" 🌾🥣🍷🍷  
Eisbergsalat mit Heidelbeerdressing 🥣🍷

Milchreis 🥣  
Zwetschgenkompott 🍆

### Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥣🍷🍷 | 🐷 Fleischteller 🥣🍷 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥣🍷  
🐷 kalter mediterraner Teller 🍆🥣🍷 | Käseteller 🍆🥣🍷 | Hörnli mit Tomatensauce 🌾🥣🍷  
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥣🍷🍷 | 🐷 Wienerli mit Kartoffelsalat 🥣🍷  
Birchermus 🌾🥣 | Griessbrei 🌾 | Blattsalat als Beilage

🐷 enthält Schweinefleisch 🍷 Zwiebeln und Knoblauch nur in Spuren 🌾 glutenhaltiges Getreide 🥣 Ei 🍷 Erdnuss 🍷 Soja 🥣 Milch (einschließlich Laktose) 🍷 Schalenfrüchte 🍷 Sellerie 🌿 Senf 🌿 Sesamsamen 🍷 Schwefeldioxid und Sulfite 🌿 Lupine

Woche 30

## Mediterrane Ernährung

## Diabetes Menü

## Weich & mundgerecht

### Montag

21 Juli

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔  
Auberginensalat 🍆  
Obst Dessert

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔  
Auberginensalat 🍆  
Obst Dessert

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔  
Karottensalat

### Dienstag

22 Juli

Bündner Pizokel mit  
Gemüserahmsauce 🌾🥛🥔  
Saisonsalat  
Obst Dessert

Bündner Pizokel mit  
Gemüserahmsauce 🌾🥛🥔  
Saisonsalat  
Obst Dessert

Bündner Pizokel mit  
Gemüserahmsauce 🌾🥛🥔  
Tomatenwürfelsalat

### Mittwoch

23 Juli

Bohneneintopf 🥄  
Saisonsalat mit Kürbiskernen  
Obst Dessert  
Vollkorn-Brötli 🌾🍞

Bohneneintopf 🥄  
Saisonsalat mit Kürbiskernen  
Obst Dessert  
Vollkorn-Brötli 🌾🍞

Götterspeise (Apfel-Vanille-  
Zwieback) 🌾🍏🍌  
Selleriesalat 🥄

### Donnerstag

24 Juli

Ratatouillestrudel 🌾🥚🥔🍆  
Gemischter Salat 🍆  
Obst Dessert

Vegetarische Capuns 🌾🥚🥔🥄  
Gemischter Salat 🍆  
Obst Dessert

Vegetarische Capuns 🌾🥚🥔🥄  
Gurkensalat

### Freitag

25 Juli

Linsenlasagne 🌾🥚🥔  
Saisonsalat mit Sesam 🌾🌿  
Obst Dessert

Linsenlasagne 🌾🥚🥔  
Saisonsalat mit Sesam 🌾🌿  
Obst Dessert

Rindssiedfleischsalat garniert  
🥚🥔🍆  
Ruchbrot 🌾

### Samstag

26 Juli

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse  
und Jogurt 🌾🥚🥔🥛🍆  
Saisonsalat mit Leinsamen 🌾  
Obst Dessert

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse  
und Jogurt 🌾🥚🥔🥛🍆  
Saisonsalat mit Leinsamen 🌾  
Obst Dessert

Pastetli "Königin Art" 🌾🥚🥔🌿  
Karottensalat

### Sonntag

27 Juli

Trutenschinkenteller 🥚🥔  
Saisonsalat mit  
Sonnenblumenkernen  
Obst Dessert  
Grahambrot 🌾

Trutenschinkenteller 🥚🥔  
Saisonsalat mit  
Sonnenblumenkernen  
Obst Dessert  
Grahambrot 🌾

Milchreis 🥛  
Kompott

### Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥚🥔🌿 | 🐷 Fleischteller 🥚🥔 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥔  
🐷 kalter mediterraner Teller 🍆🥚🥔 | Käseteller 🥚🥔🌿 | Hörnli mit Tomatensauce 🌾🍆🥔  
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥚🥔🍆🌿 | 🐷 Wienerli mit Kartoffelsalat 🥚🥔  
Birchermus 🌾🥚🥔 | Griessbrei 🌾🥚 | Blattsalat als Beilage