

Woche 43

Menü 1

Menü 2

Montag
20 Oktober

Blätterteigpastetli mit Pilzragout 🌾🥛🥑🍄
Gurkensalat mit Dill 🥒🥛🌿

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥛🥑🥜
Saisonsalat

Dienstag
21 Oktober

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse & Jogurt 🌾🥛🥑
Saisonsalat mit Sprossen

🐷 Wurst-Käsesalat, garniert 🥒🥛🥑
Ruchbrot 🌾

Mittwoch
22 Oktober

Frischkäse-Tortelli mit Basilikumsauce 🌾🥛🥑🌿
Saisonsalat

Brotauflauf mit Apfel und Rosinen 🌾🥛🥑🍏
Zwetschgenkompott 🍷

Donnerstag
23 Oktober

Kaltes Schweinsrippli, Kräuterquarkdip 🥒🥛🥑🍄
Nüsslisalat mit Ei 🥚
Roggenbaumnussbrot 🌾

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥛🥑🍄
Nüsslisalat mit Ei 🥚

Freitag
24 Oktober

Kürbis-Lauchwähe 🍷🥛🥑
Saisonsalat

🐷 Chipolataspiess mit Ofenkartoffeln 🌾🥛🥑
Saisonsalat

Samstag
25 Oktober

Kalbsgeschnetzeltes, Griessschnitte 🌾🥛🥑🍷
Rotkabissalat & Heidelbeeren

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥛🥑🍷
Saisonsalat

Sonntag
26 Oktober

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥛🥑
Saisonsalat

🐷 Beinschinken mit Kartoffelgratin 🥒🥛🥑
Saisonsalat mit Mandeln 🥜
Senf 🌿

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥒🥛🥑🌾 | 🐷 Fleischteller 🌾🥛🥑 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥛🥑
Käseteller 🥒🥛🥑🌾 | Tortelloni mit Spinat und Basilikumsauce 🌾🥛🥑
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥛🥑🍷🌿🍄🥑
Birchermus 🌾🥛🥑 | Griessbrei 🌾🥛 | Blattsalat als Beilage

Woche 43

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag

20 Oktober

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜
Gurkensalat mit Dill 🥒🥛🥛
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜
Gurkensalat mit Dill 🥒🥛🥛
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzolasauce 🌾🥚🥛
Kürbissalat

Dienstag

21 Oktober

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse & Jogurt 🌾🥚🥛🥜
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse & Jogurt 🌾🥚🥛🥜
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Tortellini mit Spinat und Basilikumsauce 🌾🥚🥛
Selleriesalat 🥒

Mittwoch

22 Oktober

Frischkäse-Tortelli mit Basilikumsauce 🌾🥚🥛🥛
Saisonsalat mit Nüssen 🥜🥜
Obst Dessert

Frischkäse-Tortelli mit Basilikumsauce 🌾🥚🥛🥛
Saisonsalat mit Nüssen 🥜🥜
Obst Dessert

Brotauflauf mit Apfel 🌾🥚🥛
Kompott

Donnerstag

23 Oktober

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥚🥛🥛🥜
Nüsslisalat mit Ei 🥚
Obst Dessert

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥚🥛🥛🥜
Nüsslisalat mit Ei 🥚
Obst Dessert

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥚🥛🥛🥜
Broccolisalat

Freitag

24 Oktober

Kürbis-Lauchwähe 🌾🥚🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Kürbis-Lauchwähe 🌾🥚🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥛🥜
Karottensalat

Samstag

25 Oktober

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥚🥛🥛🥜
Rotkabissalat & Heidelbeeren
Obst Dessert

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥚🥛🥛🥜
Rotkabissalat & Heidelbeeren
Obst Dessert

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥚🥛🥛🥜
Tomatenwürfelsalat

Sonntag

26 Oktober

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥚🥛🥜
Saisonsalat mit Mandeln 🥜🥜
Obst Dessert

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥚🥛🥜
Saisonsalat mit Mandeln 🥜🥜
Obst Dessert

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥚🥛🥜
Kürbissalat

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥛🥚🥛🥜🌾 | Fleischteller 🌾🥚🥛🥜 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥛🥜
Käseteller 🥚🥚🥛🥛🥜 | Tortelloni mit Basilikumsauce 🌾🥚🥛
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥚🥛🥛🥛🥛🥛🥛🥛🥛🥛
Birchermus 🌾🥚🥛 | Griessbrei 🌾🥛 | Blattsalat als Beilage