

Woche 40

## Menü 1

## Menü 2

### Montag

29 September

Pouletschenkel, Polenta, Thymianjus 🌾🥚🥛  
Randensalat mit Meerrettich 🥗🧄

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛  
Randensalat mit Meerrettich 🥗🧄

### Dienstag

30 September

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛  
Saisonsalat 🥗

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥛🧄  
Saisonsalat 🥗

### Mittwoch

1 Oktober

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥚🥛  
Saisonsalat mit Mandeln 🥗🌰

Schweinsrippli mit Kartoffelsalat 🥚🥛  
Saisonsalat mit Mandeln 🥗🌰  
Senf 🌿

### Donnerstag

2 Oktober

Chili con Carne 🌾🥚🥛  
Saisonsalat mit Kresse 🥗  
Ruchbrot 🌾

Brotauflauf mit Apfel und Rosinen 🌾🥚🥛🍏  
Zwetschgenkompott 🍷

### Freitag

3 Oktober

🐷 Kalbsbratwurst, Rösti, Zwiebelsauce 🌾🥚🥛  
Saisonsalat 🥗

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🌰  
Selleriesalat mit Ananas 🥗🍌🥚

### Samstag

4 Oktober

Pizokelpfanne mit Gemüse und Alpkäse 🌾🥚🥛  
Kabissalat mit Kümmel 🥗

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛  
Saisonsalat 🥗

### Sonntag

5 Oktober

Kalbsfrikadelle, Reis, Currysauce 🌾🥚🥛  
Saisonsalat mit Cranberries 🥗🍓

Aprikosen-Quarkknödel mit Vanillesauce 🌾🥚🥛🍑

#### Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥚🥛🍌 | 🐷 Fleischteller 🌾🥚🥛 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥛  
Käseteller 🥚🥛🥗 | Tortelloni mit Spinat und Basilikumsauce 🌾🥚🥛  
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥚🥛🧄🌿🥗  
Birchermus 🌾🥚🥛 | Griessbrei 🌾🥚 | Blattsalat als Beilage

Woche 40

## Mediterrane Ernährung

## Diabetes Menü

## Weich & mundgerecht

### Montag

29 September

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜  
 Randensalat mit Meerrettich 🥛🥜  
 Obst Dessert

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜  
 Randensalat mit Meerrettich 🥛🥜  
 Obst Dessert

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜  
 Karottensalat

### Dienstag

30 September

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛  
 Saisonsalat  
 Obst Dessert

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛  
 Saisonsalat  
 Obst Dessert

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥛🥜  
 Zucchettisalat

### Mittwoch

1 Oktober

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

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

Schweinsrippli mit Kartoffelsalat 🥚🥛  
 Selleriesalat 🥚  
 Senf 🌿

### Donnerstag

2 Oktober

Kichererbsen-Eintopf pikant  
 Saisonsalat mit Oliven  
 Obst Dessert  
 Tagesbrot

Kichererbsen-Eintopf pikant  
 Saisonsalat mit Oliven  
 Obst Dessert  
 Tagesbrot

Brotauflauf mit Apfel 🌾🥚🥛  
 Kompott

### Freitag

3 Oktober

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜  
 Selleriesalat mit Ananas 🥚🥛🥜  
 Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜  
 Selleriesalat mit Ananas 🥚🥛🥜  
 Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜  
 Tomatenwürfelsalat

### Samstag

4 Oktober

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛  
 Kabissalat mit Kümmel  
 Obst Dessert

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛  
 Kabissalat mit Kümmel  
 Obst Dessert

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛  
 Karottensalat

### Sonntag

5 Oktober

Gefüllte Peperoni, Reis, Tomatensauce 🌾🥚🥛🥜  
 Saisonsalat mit Cranberries 🥜🥚  
 Obst Dessert

Gefüllte Peperoni, Reis, Tomatensauce 🌾🥚🥛🥜  
 Saisonsalat mit Cranberries 🥜🥚  
 Obst Dessert

Aprikosen-Quarkknödel mit Vanillesauce 🌾🥚🥛🥜

### Weitere Auswahlmöglichkeiten

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