

Woche 44

Menü 1

Menü 2

Montag
27 Oktober

Trutengeschnetzeltes, Erbsenreis
Randensalat mit Meerrettich

Rührei mit Salzkartoffeln
Saisonsalat

Dienstag
28 Oktober

Heisser Fleischkäse mit Kartoffelsalat
Saisonsalat
Senf

Kirschen-Streuselauf
Saisonsalat

Mittwoch
29 Oktober

Rindssiedfleischsalat garniert
Oliven-Ciabatta

Risotto mit getrockneten Tomaten
Saisonsalat mit Kürbiskernen

Donnerstag
30 Oktober

Ratatouillestrudel
Saisonsalat

Vegetarische Capuns
Saisonsalat

Freitag
31 Oktober

Pastetli "Königin Art"
Saisonsalat

Linsenlasagne
Saisonsalat mit Sesam

Samstag
1 November

Kürbisravioli mit Schnittlauchsauce
Kabissalat mit Kümmel

Chipolataspiess mit Ofenkartoffeln
Saisonsalat

Sonntag
2 November

"Cottage Pie"
Eisbergsalat mit Parmesan

Milchreis
Zwetschgenkompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen | Fleischteller | Hörnli mit Rindsgehacktem
Käseteller | Tortelloni mit Spinat und Basilikumsauce
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller
Birchermus | Griessbrei | Blattsalat als Beilage

Woche 44

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag

27 Oktober

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔🥗
Randensalat mit Meerrettich 🥗🥗
Obst Dessert

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔🥗
Randensalat mit Meerrettich 🥗🥗
Obst Dessert

Rührei mit Salzkartoffeln 🌾🥚🥔🥗
Gurkensalat

Dienstag

28 Oktober

Bohneneintopf 🥗
Saisonsalat mit Pinienkernen
Obst Dessert
Ruchbrot 🌾

Bohneneintopf 🥗
Saisonsalat mit Pinienkernen
Obst Dessert
Ruchbrot 🌾

🐷 Heisser Fleischkäse mit
Kartoffelsalat 🥔🥔🥗
Karottensalat

Mittwoch

29 Oktober

Risotto mit getrockneten
Tomaten 🥔🥔
Saisonsalat mit Kürbiskernen
Obst Dessert

Risotto mit getrockneten
Tomaten 🥔🥔
Saisonsalat mit Kürbiskernen
Obst Dessert

Risotto mit Tomaten 🥔🥔
Kürbissalat

Donnerstag

30 Oktober

Vegetarische Capuns 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Feta und Oliven 🥗
Obst Dessert

Vegetarische Capuns 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Feta und Oliven 🥗
Obst Dessert

Vegetarische Capuns 🌾🥔🥗
Broccolisalat

Freitag

31 Oktober

Linsenlasagne 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Sesam 🌾🥗
Obst Dessert

Linsenlasagne 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Sesam 🌾🥗
Obst Dessert

Pastetli "Königin Art" 🌾🥔🥗🥗
Gurkensalat

Samstag

1 November

Kürbisravioli mit
Schnittlauchsauce 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Leinsamen 🌾
Obst Dessert

Kürbisravioli mit
Schnittlauchsauce 🌾🥔🥗
Saisonsalat mit Leinsamen 🌾
Obst Dessert

Kürbisravioli mit
Schnittlauchsauce 🌾🥔🥗
Selleriesalat 🥗

Sonntag

2 November

Kichererbseneintopf, Auberginen,
Tomaten
Eisbergsalat mit Parmesan 🥔🥔
Obst Dessert
Tagesbrot 🌾

Kichererbseneintopf, Auberginen,
Tomaten
Eisbergsalat mit Parmesan 🥔🥔
Obst Dessert
Tagesbrot 🌾

Milchreis 🥔
Kompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥔🥔🥗 | 🐷 Fleischteller 🌾🥔🥗 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥔🥗
Käseteller 🥔🥔🥗 | Tortelloni mit Basilikumsauce 🌾🥔🥗
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥔🥗🥔🥗🥗
Birchermus 🌾🥔 | Griessbrei 🌾 | Blattsalat als Beilage

🐷 enthält Schweinefleisch 🌾 glutenhaltiges Getreide 🥔 Ei 🥗 Erdnuss 🥗 Soja 🥔 Milch (einschließlich Laktose) 🥔 Schalenfrüchte

🥗 Sellerie 🥔 Senf 🥗 Sesamsamen 🥗 Schwefeldioxid und Sulfite 🥔 Lupine

5/Das aktuelle Menü finden Sie immer unter: www.ksw.ch/menu