

Woche 4

Menü 1

Menü 2

Montag

19 Januar

"Russischer Salat" garniert
Saisonsalat
Ruchbrot

Toast "Hawaii" mit Trutenschinken
Saisonsalat

Dienstag

20 Januar

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat"
Gurkensalat mit Dill

Bratkügelchen, Kartoffelstock, Rahmsauce

Mittwoch

21 Januar

Pouletcurry, Kokos-Basmatireis
Saisonsalat

Kirschen-Streuselaufauflauf

Donnerstag

22 Januar

Rindsgulasch mit Polenta-Gnocchi
Saisonsalat

Rührei mit Bratkartoffeln
Saisonsalat

Freitag

23 Januar

Kürbisravioli mit Schnittlauchsauce
Selleriesalat mit Apfel und Baumnüssen

Götterspeise (Apfel-Vanille-Zwieback)

Samstag

24 Januar

Schweinsrippli mit Kartoffelsalat
Senf

Linsenlasagne
Saisonsalat

Sonntag

25 Januar

Spaghetti mit Gemüsebolognese
Saisonsalat mit Nüssen

Kaiserschmarren
Zwetschgenkompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

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

Woche 4

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag

19 Januar

"Russischer Salat" garniert



Saisonsalat

Obst Dessert

Ruchbrot

"Russischer Salat" garniert



Saisonsalat

Obst Dessert

Ruchbrot

Hörnli mit Rindsgehacktem



Karottensalat

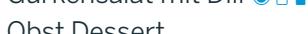
Dienstag

20 Januar

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat"



Gurkensalat mit Dill

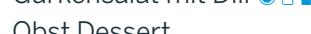


Obst Dessert

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat"



Gurkensalat mit Dill



Obst Dessert

Bratkügelchen, Kartoffelstock, Rahmsauce



Selleriesalat

Mittwoch

21 Januar

Pouletcurry, Kokos-Basmatreis



Saisonsalat

Obst Dessert

Pouletcurry, Kokos-Basmatreis



Saisonsalat

Obst Dessert

Pouletcurry, Kokos-Risotto



Kürbissalat

Donnerstag

22 Januar

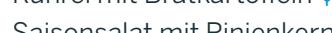
Rührei mit Bratkartoffeln



Saisonsalat mit Pinienkernen

Obst Dessert

Rührei mit Bratkartoffeln



Saisonsalat mit Pinienkernen

Obst Dessert

Rührei mit Bratkartoffeln



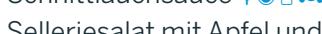
Karottensalat

Freitag

23 Januar

Kürbisravioli mit

Schnittlauchsauce



Selleriesalat mit Apfel und

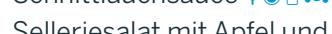
Baumnüssen



Obst Dessert

Kürbisravioli mit

Schnittlauchsauce



Selleriesalat mit Apfel und

Baumnüssen



Obst Dessert

Götterspeise (Apfel-Vanille-Zwieback)



Samstag

24 Januar

Linsenlasagne



Saisonsalat

Obst Dessert

Linsenlasagne



Saisonsalat

Obst Dessert

rote Linsen mediterran &

Couscous

Tomatenwürfelsalat

Sonntag

25 Januar

Spaghetti mit Gemüsebolognese



Saisonsalat mit Nüssen



Obst Dessert

Spaghetti mit Gemüsebolognese



Saisonsalat mit Nüssen



Obst Dessert

Kaiserschmarren



Kompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen | Fleischsteller | Hörnli mit Rindsgehacktem

Käseteller | Tortelloni mit Basilikumsauce

Geschweilte Kartoffeln | Salatteller

Birchermus | Griessbrei | Blattsalat als Beilage