

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-Streuselauflauf 🍷🥕🥔🥗

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 🥕🥔🥗 | Fleischteller 🍷🥕🥔 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🍷🥕🥔
Käseteller 🥕🥔🥗 | Tortelloni mit Spinat und Basilikumsauce 🍷🥕🥔
Geschwellte 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-Basmatireis



Saisonsalat

Obst Dessert

Pouletcurry, Kokos-Basmatireis



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 | 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

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