

Woche 12

Menü 1

Menü 2

Montag

16 März

Blätterteigpastetli mit Pilzragout 🌾🥛🧀🧄
Gurkensalat mit Dill 🥒🥛🌿

Spinatnudeln mit Gorgonzolasauce und
Baumnüssen 🌾🥛🥜
Saisonsalat

Dienstag

17 März

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

🐷 Wurst-Käsesalat, garniert 🥒🥛🧀
Ruchbrot 🌾

Mittwoch

18 März

"Chili con Carne" mit Wildreis
Saisonsalat

Brotauflauf mit Apfel und Rosinen 🌾🥛🍏🍷
Zwetschgenkompott 🍷

Donnerstag

19 März

Kaltes Schweinsrippli, Kräuterquarkdip 🥒🥛🧀🧄
Saisonsalat
Roggenbaumnußbrot 🌾

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥛🧀🧄
Saisonsalat

Freitag

20 März

Bunte Gemüsewähe 🌾🥛
Saisonsalat

🐷 Chipolataspiess mit Ofenkartoffeln 🥒🥛🧀
Saisonsalat

Samstag

21 März

Kalbsgeschnetzeltes, Griessschnitte 🌾🥛🥑
Rotkabissalat & Heidelbeeren 🍷

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

Sonntag

22 März

Linsen-Stroganoff mit Bulgur 🌾🥛🧀
Saisonsalat

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

Weitere Auswahlmöglichkeiten

🐷 Fleischteller 🌾🥛🥑 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥛🥑
Käseteller 🧀🥛🌾 | Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥛🧀🥑🧄
Birchermus 🌾🥛 | Griessbrei 🌾🥛 | Blattsalat als Beilage

Woche 12

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag

16 März

Spinatnudeln mit Gorgonzolasauce und Baumnüssen 🌾🥛🥜
Gurkensalat mit Dill 🥒🌿🥛
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzolasauce und Baumnüssen 🌾🥛🥜
Gurkensalat mit Dill 🥒🌿🥛
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzolasauce 🌾🥛🥜
Kürbissalat

Dienstag

17 März

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse & Jogurt 🌾🥛🥬🥕
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Ebly-Pfanne mit Feta, Gemüse & Jogurt 🌾🥛🥬🥕
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Tortellini, Spinat & Basilikumsauce 🌾🥛🥬
Selleriesalat 🥬

Mittwoch

18 März

"Chili con Carne" mit Wildreis
Saisonsalat mit Nüssen 🥜🥬
Obst Dessert

"Chili con Carne" mit Wildreis
Saisonsalat mit Nüssen 🥜🥬
Obst Dessert

Brotauflauf mit Apfel 🌾🥛
Kompott

Donnerstag

19 März

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥛🥬🥕🥜
Saisonsalat
Obst Dessert

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥛🥬🥕🥜
Saisonsalat
Obst Dessert

Spaghetti "Cinque Pi" 🌾🥛🥬🥕🥜
Broccolisalat

Freitag

20 März

Bunte Gemüsewähe 🌾🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Bunte Gemüsewähe 🌾🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥛🥬
Karottensalat

Samstag

21 März

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥛🥬🥕
Rotkabissalat & Heidelbeeren 🍷
Obst Dessert

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥛🥬🥕
Rotkabissalat & Heidelbeeren 🍷
Obst Dessert

Gratinierte Cannelloni "Ricotta & Spinat" 🌾🥛🥬🥕
Tomatenwürfelsalat 🍷🥬

Sonntag

22 März

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

🐷 Fleischteller 🌾🥛🥬 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥛🥬
Käseteller 🥛🥛🥛🥛 | Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥛🥬🥕🥜🥛🥛
Birchermus 🌾🥛 | Griessbrei 🌾🥛 | Blattsalat als Beilage