

Woche 10

Menü 1

Menü 2

Montag

2 März

Lasagne mit Rindsgehacktem
Kabissalat mit Mais

Röstipastetli mit Pilzragout
Saisonsalat

Dienstag

3 März

Zitronenrisotto, Edamame & Baumnüsse
Saisonsalat mit Peperoni

Cervelatsalat garniert
Semmeli

Mittwoch

4 März

"Pot au feu" (Rindfleischeintopf)
Saisonsalat mit Sprossen
Parabrotli

Hörnli-Gemüsegratin
Saisonsalat mit Sprossen

Donnerstag

5 März

Mediterraner Bohneneintopf
Saisonsalat mit Feta und Oliven
Ruchbrot

Käse-Tortelloni "Tricolore", Basilikumsauce
Saisonsalat

Freitag

6 März

Pouletsteak, Jasminreis, rote Currysauce
Saisonsalat

Vegetarischer "Cottage Pie"
Zucchettisalat mit Sonnenblumenkernen

Samstag

7 März

Heisser Fleischkäse mit Kartoffelsalat
Saisonsalat mit Brotcroutons
Senf

Dörrtomatenwärmeli mit Gemüserahmsauce
Saisonsalat

Sonntag

8 März

Schweinsgeschnetzeltes, Griessschnitte
Selleriesalat mit Ananas

Milchreis
Aprikosenkompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fleischteller | Hörnli mit Rindsgehacktem
Käseteller | Geschwellte Kartoffeln | Salatteller
Birchermus | Griessbrei | Blattsalat als Beilage

Woche 10

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag

2 März

Röstipastetli mit Pilzragout
Kabissalat mit Mais
Obst Dessert

Röstipastetli mit Pilzragout
Kabissalat mit Mais
Obst Dessert

Lasagne mit Rindsgehacktem
Kürbissalat

Dienstag

3 März

Zitronenrisotto, Edamame &
Baumnüsse
Saisonsalat mit Peperoni
Obst Dessert

Zitronenrisotto, Edamame &
Baumnüsse
Saisonsalat mit Peperoni
Obst Dessert

Zitronenrisotto
Selleriesalat

Mittwoch

4 März

Hörnli-Gemüsegratin
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Hörnli-Gemüsegratin
Saisonsalat mit Sprossen
Obst Dessert

Hörnli-Gemüsegratin
Tomatenwürfelsalat

Donnerstag

5 März

Mediterraner Bohneneintopf
Saisonsalat mit Feta und Oliven
Obst Dessert
Vollkorn-Brötli

Mediterraner Bohneneintopf
Saisonsalat mit Feta und Oliven
Obst Dessert
Vollkorn-Brötli

Käse-Tortelloni "Tricolore",
Basilikumsauce
Kürbissalat

Freitag

6 März

Pouletsteak, Jasminreis, rote
Currysauce
Zucchettisalat mit
Sonnenblumenkernen
Obst Dessert

Pouletsteak, Jasminreis, rote
Currysauce
Zucchettisalat mit
Sonnenblumenkernen
Obst Dessert

Vegetarischer "Cottage Pie"

Zucchettisalat

Samstag

7 März

Dörrtomatenspätzli mit
Gemüserahmsauce
Saisonsalat mit Kürbiskernen
Obst Dessert

Dörrtomatenspätzli mit
Gemüserahmsauce
Saisonsalat mit Kürbiskernen
Obst Dessert

Dörrtomatenspätzli mit
Gemüserahmsauce
Karottensalat

Sonntag

8 März

Gefüllte Aubergine,
Griessschnitte, braune Sauce

Selleriesalat mit Ananas
Obst Dessert

Gefüllte Aubergine,
Griessschnitte, braune Sauce

Selleriesalat mit Ananas
Obst Dessert

Milchreis
Aprikosenkompott

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fleischsteller | Hörnli mit Rindsgehacktem

Käseteller | Geschweilte Kartoffeln | Salatteller

Birchermus | Griessbrei | Blattsalat als Beilage