

Woche 11

Menü 1

Menü 2

Vegetarisch

Montag

9 März

Oliven-Crostini
Schweinspiccata mit
Tomatensauce
Spaghetti
Saisonsalat
Passionsfruchtmousse

Kerbelsuppe
Pouletschenkelspiess mit
Sauerrahmsauce
Pilawreis
Kohlraben mit Petersilie
Schokoladen-Meringues

Spaghetti "alla Norma" mit
Pecorino
Zucchettisalat mit Belugalinsen
und Hüttenkäse

Dienstag

10 März

Fruchtsaft
Schwedenbraten mit
Balsamicosauce
Polenta
Peperonata
Nougatcrème

Hartweizengriesssuppe
Rindshamburger mit
Bratensauce
Röstikroketten
Saisonsalat
Rüeblikuchen

Käse-Birnenwähe
Kabissalat mit Kümmel

Mittwoch

11 März

Chicorée mit Orangen
Kalbsgeschnetzeltes mit
Champignons
Hausgemachte Quarkspätzli
Rosenkohl
Himbeer-Roulade

Apfel-Ingwersuppe
Lachsforellenfilet "Zugerart"
Salzkartoffeln
Gemischter Salat
Nussgipfel

"Chili con Tofu"
Hausgemachte Quarkspätzli
Rosenkohl

Donnerstag

12 März

Zucchini mit Frischkäse
Schweinsbratwurst mit
Zwiebelsauce
Kartoffelrösti
Randensalat mit Meerrettich
Schokoladencrème

Gemüsecrèmesuppe
Pouletschenkel mit
Tomatenragout
Kräuter-Ebly
Broccoli
Limetten-Tartelette

Geschnetzeltes "Zürcher Art"
Kartoffelrösti
Broccoli
Saisonsalat

Freitag

13 März

Apfel-Fenchelsalat
Hackbraten mit
Paprikarahmsauce
Stampfkartoffeln
Blattspinat
Quarkkuchen

Zitronengras-Currysuppe
Pangasius im Kokosmantel mit
Asia-Mayo
Basmatireis mit Edamame
Saisonsalat
Frische Ananas

Frühlingsrollen mit Teriyakisauce
Asiatisches Mischgemüse mit
Babymais
Saisonsalat

Samstag

14 März

Grilliertes Gemüse
Pouletknusperli mit pikanter
Haussauce
Bratkartoffeln
Saisonsalat mit Hüttenkäse
Brownie

Tomatencrèmesuppe
Kalbsvoressen
Bramata
Glasierte Karotten
Saisonsalat
Birnen-Jogurtmousse

Äpller Makkaroni
Saisonsalat mit Hüttenkäse
Apfelmus

Sonntag

15 März

Flûtes mit Rohschinken
Rindsentrecôte mit Rotweinsauce
Kartoffelgratin
Grüne Bohnen
Linzer-Törtchen

Rindsbouillon mit Flädli
Pouletbrust mit Limettensauce
Venere Reis
Eisbergsalat mit Ei
Schokoladenglace

Zucchini paniert mit
Tomatensauce
Kartoffelgratin
Grüne Bohnen

Wochenspezialität

Rindstafelspitz mit Gemüse und Meerrettichsauce, Bäckerinkartoffeln, Tagessalat

Woche 11	Mediterrane Ernährung	Diabetes Menü	Weich & mundgerecht
Montag 9 März	Pouletschenkelspiess mit Sauerrahmsauce 🌾🥛 Pilawreis 🌾 Kohlraben mit Petersilie 🌿 Obst Mediterran	Pouletschenkelspiess mit Sauerrahmsauce 🌾🥛 Pilawreis 🌾 Kohlraben mit Petersilie 🌿 🍷 Passionsfruchtmousse 🍷🥛	Kerbelsuppe 🌾🥛🥛 Pouletschenkelspiess mit Sauerrahmsauce 🌾🥛 Spaghetti 🌾🥛 Kohlraben mit Petersilie 🌿 🍷 Passionsfruchtmousse 🍷🥛
Dienstag 10 März	Käse-Birnenwähe 🌾🥛 Kabissalat mit Kümmel Obst Mediterran	Rindshamburger mit Bratensauce 🌾🥛 Polenta 🌾🥛 Peperonata 🌾🥛 Kabissalat mit Kümmel Rüeblikuchen 🌾🥛🍷🍷	Hartweizengriessuppe 🌾🥛 Rindshamburger mit Bratensauce 🌾🥛 Polenta 🌾🥛 Rüebli Nougatcrème 🍷🥛
Mittwoch 11 März	Lachsforellenfilet "Zugerart" 🌾🐟🥛 Salzkartoffeln 🌾🥛 Rosenkohl 🌿 Gemischter Salat 🍷 Obst Mediterran	Lachsforellenfilet "Zugerart" 🌾🐟🥛 Salzkartoffeln 🌾🥛 Rosenkohl 🌿 Gemischter Salat 🍷 Himbeer-Roulade 🌾🥛🍷🍷	Apfel-Ingwersuppe 🌾🥛 Lachsklösschen mit Rahmsauce 🐟🥛 Salzkartoffeln 🌾🥛 Tomatenwürfel Himbeer-Roulade 🌾🥛🍷🍷
Donnerstag 12 März	Geschnetzeltes "Zürcher Art" 🌾🥛🍷 Kräuter-Ebly 🌾🥛 Broccoli 🌿 Saisonsalat Obst Mediterran	Geschnetzeltes "Zürcher Art" 🌾🥛🍷 Kräuter-Ebly 🌾🥛 Broccoli 🌿 Saisonsalat Schokoladencrème 🍷🥛	Gemüsecrèmesuppe 🌾🥛🍷 Pouletschenkel mit Tomatenragout 🌾🥛 Kräuter-Ebly 🌾🥛 Broccoli 🌿 Schokoladencrème 🍷🥛
Freitag 13 März	Pangasius im Kokosmantel mit Asia-Mayo 🌾🐟🥛🍷 Basmatireis Blattspinat Saisonsalat Frische Ananas	Hackbraten mit Paprikarahmsauce 🌾🥛🍷 Stampfkartoffeln 🌾🥛 Blattspinat Saisonsalat Frische Ananas	Zitronengras-Currysuppe 🌾🥛🍷 Hackbraten mit Paprikarahmsauce 🌾🥛🍷 Rahmspinat 🌾🥛 Stampfkartoffeln 🌾🥛 Quarkkuchen 🌾🥛🍷
Samstag 14 März	Kalbsvoressen Bramata 🌾🥛 Glasierter Karotten 🌿 Saisonsalat mit Hüttenkäse 🥛 Obst Mediterran	Kalbsvoressen Bramata 🌾🥛 Glasierter Karotten 🌿 Saisonsalat mit Hüttenkäse 🥛 Brownie 🌾🥛🍷🍷	Tomatencrèmesuppe 🌾🥛🍷 Kalbsvoressen Bramata 🌾🥛 Glasierter Karotten 🌿 🍷 Birnen-Jogurtmousse 🍷🥛
Sonntag 15 März	Pouletbrust mit Limettensauce 🌾🥛 Venere Reis 🌾 Grüne Bohnen 🌿 Saisonsalat mit Kürbiskernen Sorbet Mediterran	Rindsentrecôte mit Rotweinsauce 🌾🍷 Venere Reis 🌾 Grüne Bohnen 🌿 Saisonsalat mit Kürbiskernen Schokoladenglace 🍷	Tagescrèmesuppe Pouletbrust mit Limettensauce 🌾🥛 Kartoffelgratin 🌾🥛 Broccoli 🌿 Schokoladenglace 🍷

Wochenspezialität

Rindstafelspitz mit Gemüse und Meerrettichsauce 🌾🥛🍷, Bäckerinkartoffeln 🌾🍷, Tagessalat