

Woche 3

## Menü 1

## Menü 2

**Montag**  
13 Januar

Wurst-Käsesalat garniert 🥩🥛🥗  
Ruchbrot 🌾

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥛🥗  
Maissalat mit Mozzarella 🥛

**Dienstag**  
14 Januar

Poulet Casimir mit Trockenreis 🌾🥩🥗  
Lattichsalat mit Parmesan 🥛🥗

"Tortilla" (Eier,Kartoffeln,Gemüse) 🥛🥗  
Lattichsalat mit Parmesan 🥛🥗

**Mittwoch**  
15 Januar

Schweinsvoren mit Wurzelgemüse und  
Salbeignocchi 🌾🥩🥗  
Rotkabissalat & Heidelbeeren

Dörrotomatenspätzli, Mandeln & Kräutersauce  
🌾🥛🥗  
Saisonsalat

**Donnerstag**  
16 Januar

Safrannudeln mit Gemüsebolognese 🌾🥗  
Saisonsalat

Toast "Hawaii" mit Trutenschinken 🌾🥗  
Saisonsalat

**Freitag**  
17 Januar

Rindshamburger, Polenta, Paprikasauce 🌾🥩🥗  
Saisonsalat

Kürbis-Cannelloni 🌾🥗  
Selleriesalat mit Quark 🥛🥗

**Samstag**  
18 Januar

Orientalischer Gemüse Eintopf, Couscous 🌾🥗  
Gurkensalat mit Joghurt 🥛🥗

Schweinsrippli mit Kartoffelgratin 🥛🥗  
Senf 🌿

**Sonntag**  
19 Januar

Brätkügelchen, Wildreis, Rahmsauce 🌾🥗  
Saisonsalat mit Kürbiskernen

Kaiserschmarren 🌾🥛🥗  
Apfelkompott

### Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥛🥗🌾 | 🐷 Fleischteller 🥛🥗 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥗  
🐷 kalter mediterraner Teller 🥛🥗🌾 | Käseteller 🥛🥗🌾 | Hörnli mit Tomatensauce 🌾🥗  
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥗🌿🥗 | 🐷 Wienerli mit Kartoffelsalat 🥛🥗  
Birchermus 🌾🥗 | Griessbrei 🌾🥗 | Blattsalat als Beilage

🐷 enthält Schweinefleisch 🌿 Zwiebeln und Knoblauch nur in Spuren 🌾 glutenhaltiges Getreide 🥚 Ei 🥜 Erdnuss 🥛 Soja 🥛 Milch  
(einschließlich Laktose) 🥑 Schalenfrüchte 🌿 Sellerie 🌿 Senf 🌿 Sesamsamen 🥗 Schwefeldioxid und Sulfite 🌿 Lupine

6/ Das aktuelle Menü finden Sie immer unter: [www.ksw.ch/menu](http://www.ksw.ch/menu)

Woche 3

## Mediterrane Ernährung

## Diabetes Menü

## Weich & mundgerecht

### Montag

13 Januar

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥚🥚  
Maissalat mit Mozzarella 🥛  
Obst Dessert

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥚🥚  
Maissalat mit Mozzarella 🥛  
Obst Dessert

Spaghetti "Napoli" 🌾🥚🥚🥚  
Karottensalat

### Dienstag

14 Januar

"Tortilla" (Eier,Kartoffeln,Gemüse) 🥚🥚  
Lattichsalat mit Parmesan 🥛🥛  
Obst Dessert

"Tortilla" (Eier,Kartoffeln,Gemüse) 🥚🥚  
Lattichsalat mit Parmesan 🥛🥛  
Obst Dessert

"Tortilla" (Eier,Kartoffeln,Gemüse) 🥚🥚  
Kürbissalat

### Mittwoch

15 Januar

Dörrtomatenspätzli, Mandeln & Kräutersauce 🌾🥚🥚🥚🥚  
Rotkabissalat & Heidelbeeren  
Obst Dessert

Dörrtomatenspätzli, Mandeln & Kräutersauce 🌾🥚🥚🥚🥚  
Rotkabissalat & Heidelbeeren  
Obst Dessert

Dörrtomatenspätzli mit Kräutersauce 🌾🥚🥚🥚  
Blumenkohlsalat

### Donnerstag

16 Januar

Safrannudeln mit Gemüsebolognese 🌾🥚🥚🥚  
Saisonsalat mit Nüssen 🥚🥚  
Obst Dessert

Safrannudeln mit Gemüsebolognese 🌾🥚🥚🥚  
Saisonsalat mit Nüssen 🥚🥚  
Obst Dessert

Safrannudeln mit Gemüsebolognese 🌾🥚🥚🥚  
Broccolisalat

### Freitag

17 Januar

Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥚  
Selleriesalat mit Quark 🥛🥛🥛  
Obst Dessert

Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥚  
Selleriesalat mit Quark 🥛🥛🥛  
Obst Dessert

Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥚  
Selleriesalat 🥚

### Samstag

18 Januar

Orientalischer Gemüse Eintopf, Couscous 🌾🥚  
Gurkensalat mit Jogurt 🥛🥛  
Obst Dessert

Orientalischer Gemüse Eintopf, Couscous 🌾🥚  
Gurkensalat mit Jogurt 🥛🥛  
Obst Dessert

Orientalischer Gemüse Eintopf, Couscous 🌾🥚  
Gurkensalat

### Sonntag

19 Januar

Linsen-Gemüse Eintopf 🌾🥚  
Saisonsalat mit Feta und Oliven 🥛  
Obst Dessert  
Ruchbrot 🌾

Linsen-Gemüse Eintopf 🌾🥚  
Saisonsalat mit Feta und Oliven 🥛  
Obst Dessert  
Ruchbrot 🌾

Kaiserschmarren 🌾🥚🥚🥚  
Apfelkompott

### Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥛🥚🥚🥚 | 🐷 Fleischteller 🥛🥚🥚 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥚  
🐷 kalter mediterraner Teller 🥚🥚🥛 | Käseteller 🥚🥚🥛 | Hörnli mit Tomatensauce 🌾🥚  
Geschwellte Kartoffeln | Salatteller 🌾🥚🥚🥚🥚🥚🥚 | 🐷 Wienerli mit Kartoffelsalat 🥛  
Birchermus 🌾🥚 | Griessbrei 🌾 | Blattsalat als Beilage

🐷 enthält Schweinefleisch 🌾 glutenhaltiges Getreide 🥚 Ei 🥚 Erdnuss 🥚 Soja 🥛 Milch (einschließlich Laktose) 🥚 Schalenfrüchte  
🥚 Sellerie 🥛 Senf 🥚 Sesamsamen 🥚 Schwefeldioxid und Sulfite 🥚 Lupine