

Woche 5

Menü 1

Menü 2

Montag
27 Januar

Pouletschenkel, Polenta, Thymianjus 🌾🥚🥛
Randensalat mit Meerrettich 🥗🥗

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥗
Randensalat mit Meerrettich 🥗🥗

Dienstag
28 Januar

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛
Saisonsalat

Spaghetti "Carbonara" 🌾🥚🥛
Saisonsalat

Mittwoch
29 Januar

🐷 Linsen-Gulasch mit Würstchen 🌾🥚
Saisonsalat mit Mandeln 🥗🥗

Hörnli-Gemüsegratin 🌾🥚🥛
Saisonsalat mit Mandeln 🥗🥗

Donnerstag
30 Januar

Chili con Carne 🌾🥚🥛🥗
Saisonsalat mit Kresse
Ruchbrot 🌾

Brotauflauf mit Apfel und Rosinen 🌾🥚🥛🥗
Zwetschgenkompott 🥗

Freitag
31 Januar

Kalbsbratwurst, Rösti, Zwiebelsauce 🌾🥚🥛🥗
Saisonsalat

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nussauce 🌾🥚🥛🥗
Selleriesalat mit Ananas 🥗🥗🥗

Samstag
1 Februar

Pizokelpfanne mit Gemüse und Alpkäse 🌾🥚🥛
Kabissalat mit Kümmel

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛🥗
Saisonsalat

Sonntag
2 Februar

Kalbsfrikadelle, Reis, Currysauce 🌾🥚🥛🥗
Saisonsalat mit Cranberries 🥗🥗

Aprikosen-Quarkknödel mit Vanillesauce 🌾🥚🥛🥗🥗

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

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

Woche 5

Mediterrane Ernährung

Diabetes Menü

Weich & mundgerecht

Montag
27 Januar

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜🌱
Randensalat mit Meerrettich 🥒🥬
Obst Dessert

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜🌱
Randensalat mit Meerrettich 🥒🥬
Obst Dessert

Pfannkuchen mit Mangold & Champignonsauce 🌾🥚🥛🥜🌱
Karottensalat

Dienstag
28 Januar

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Bunte Gemüsewähe 🌾🥚🥛
Saisonsalat
Obst Dessert

Spaghetti "Carbonara" 🌾🥚🥛
Zucchettisalat

Mittwoch
29 Januar

Hörnli-Gemüsegratin 🌾🥚🥛
Saisonsalat mit Mandeln 🥜🥒
Obst Dessert

🐷 Linsen-Gulasch mit Würstchen 🌾🥚
Saisonsalat mit Mandeln 🥜🥒
Obst Dessert

Hörnli-Gemüsegratin 🌾🥚🥛
Selleriesalat 🥒

Donnerstag
30 Januar

Kichererbsen-Eintopf pikant
Saisonsalat mit Oliven
Tagesbrot
Obst Dessert

Kichererbsen-Eintopf pikant
Saisonsalat mit Oliven
Tagesbrot
Obst Dessert

Brotauflauf mit Apfel 🌾🥚🥛
Kompott

Freitag
31 Januar

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜
Selleriesalat mit Ananas 🥒🍌🥒
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜
Selleriesalat mit Ananas 🥒🍌🥒
Obst Dessert

Spinatnudeln mit Gorgonzola-Nusssauce 🌾🥚🥛🥜
Tomatenwürfelsalat

Samstag
1 Februar

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛
Kabissalat mit Kümmel
Obst Dessert

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛
Kabissalat mit Kümmel
Obst Dessert

Gratinierte Kürbis-Cannelloni 🌾🥚🥛
Karottensalat

Sonntag
2 Februar

Gefüllte Peperoni, Reis, Tomatensauce 🌾🥚🥛
Saisonsalat mit Cranberries 🥒🍓
Obst Dessert

Gefüllte Peperoni, Reis, Tomatensauce 🌾🥚🥛
Saisonsalat mit Cranberries 🥒🍓
Obst Dessert

Aprikosen-Quarkknödel mit Vanillesauce 🌾🥚🥛🥜

Weitere Auswahlmöglichkeiten

Fruchtkuchen 🥛🥚🥛🥜🌱 | 🐷 Fleischteller 🥚🥛 | Hörnli mit Rindsgehacktem 🌾🥚🥛
🐷 kalter mediterraner Teller 🥒🥚🥛 | Käseteller 🥚🥛🥛 | Hörnli mit Tomatensauce 🌾🥚🥛
Geschwellte Kartoffeln | Salateller 🌾🥚🥛🥛🥛🥛🥛🥛 | 🐷 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

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