

Menüplan KW37 9.-13. September 2024

Planungswoche 1	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Birnenquark Trauben vom Garten	Apfelschnitzli Weisse Trauben Brot	Zwetschgenschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Apfel- & Nektarinschnitzli Brot	Bananenquark Blevita
Mittagessen	Rohkost & Salat Tofuwürfeli in brauner Sauce, Gemüse, Teigwaren	Rohkost & Salat Pizza mit Tomaten, Oliven, Peperoni und Mozzarella.	Rohkost & Salat Gratinierte Zucchini mit Hackfleisch und Pilzfüllung, Reis	Rohkost & Salat Gekochte Eier in Senf- Béchamelsauce Broccoli Teigwaren	Rohkost & Salat Kichererbsen mit Tomatensauce und Gemüse marokkanische Art Cous Cous
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Weisse Trauben	Apfel- und Birnschnitzli Brot	Apfel- und Birnschnitzli Brot	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Brot

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte
Brot
Gemüse & Früchte

- >Molkerei Lanz, Obergerlafingen
- >Bäckerei-Konditorei Banyai, Solothurn
- >Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer
Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen
- >Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch
Fisch
Eier

Schweiz
Nachhaltige Fischerei
Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW38 16.-20. September 2024

Planungswoche 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Joghurt mit Agavendicksaft Brot, Apfelschnitzli	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Brot	Birnenquark	Bananen- und Birnenschnitzli, Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Grüne Bohnen mit Tomatensauce, Feta und Oregano Ofenkartoffeln	Rohkost & Salat Gemüse-Käsewähe	Rohkost & Salat Gebratene Dorschfilets mit Kräuterrahmsauce Gemüse Reis	Rohkost & Salat Smashed Potatoes mit Quarksauce Rüebli-Zucchini-gemüse	Rohkost & Salat Fotzelschnitten. Im Ei gebratene Brotscheiben. Apfelmus
Zvieri	Bananenquark Reiswaffeln	Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Apfelschnitzli Weisse Trauben Reiswaffeln	Apfel- und Birnenschnitzli Brot

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW39 23.-27. September 2024

Planungswoche 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Joghurt mit Agavensirup Birnschnitzli	Apfel- & Birnschnitzli Brot	Zwetschgenquark	Apfel- und Birnschnitzli Brot	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Joghurt mit Agavensirup
Mittagessen	Rohkost & Salat Rühreier mit Kräutern, Gemüse, Ofenkartoffeln	Rohkost & Salat Linsencurry mit Kokosmilch und Gemüse Basmatireis	Rohkost & Salat Käsemuffins Gemüse	Rohkost & Salat Pouletgeschnetztes an Pilzrahmsauce Gemüse, Teigwaren	Rohkost & Salat Risotto mit Steinpilzen Gemüse
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Nektarinenlschnitzli	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Brot	Apfelschnitzli & Weisse Trauben Brot	Bananenquark Reiswaffeln	Weisse Trauben Apfelschnitzli Brot

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte
Brot
Gemüse & Früchte

- >Molkerei Lanz, Obergerlafingen
- >Bäckerei-Konditorei Banyai, Solothurn
- >Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer
Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen
- >Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch
Fisch
Eier

Schweiz
Nachhaltige Fischerei
Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW40 30. September - 4. Oktober 2020

Sarah Ferien

Planungswoche 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- und Birnschnitzli Blevita	Bananenquark	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Brot	Joghurt mit Agavensirup Birnschnitzli	Apfel- & Bananenschnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Teigwaren mit Thonbolognese	Rohkost & Salat Hafertäschli mit Quark und Käse, Gemüse	Rohkost & Salat Bohneneintopf mit Tomatensauce und Gemüse Reis	Rohkost & Salat Spinatlasagne mit Béchamelsauce und Parmesan	Rohkost & Salat Älplermagronen mit Käse, Kartoffeln, Röstzwiebeln und Apfelmus
Zvieri	Apfelschnitzli Weisse Trauben Brot	Brot mit Kräuterfrischkäse, Weisse Trauben	Bananenquark Blevita	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfelschnitzli Weisse Trauben Reiswaffeln

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Banyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer
Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW41 7.-11. Oktober 2024

Alexandre Ferien

Planungswoche 5	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- und Birnenschnitzli Brot	Joghurt mit Agavensirup Apfelschnitzli	Bananenquark Brot	Apfel- & Zwetschgenschnitzli Brot	Apfel- und Birnenschnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Gebratene Pouletschnitzel mit Tomatensauce, Gemüse, Reis	Rohkost & Salat Teigwaren mit Randen-Fetapesto ZucchiniGemüse	Rohkost & Salat Kartoffelgratin mit Broccoli und Blumenkohl	Rohkost & Salat Linsentäschli mit Gemüse und Quarksauce	Rohkost & Salat Gnocchi mit Tomatensauce
Zvieri	Bananenquark Reiswaffeln	Zwetschgen- & Apfelschnitzli, Brot	Apfelschnitzli Weisse Trauben Reiswaffeln	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Brot mit Kräuterfrischkäse, weisse Trauben

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität