

Menüplan KW2 6. - 10. Januar 2025

Planungswoche 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Orangenschnitzli Dreikönigskuchen	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Apfelschnitzli & Mandarinli Brot	Bananenquark, Brot	Joghurt mit Agavendicksaft Brot, Apfelschnitzli
Mittagessen	Rohkost & Salat Linsencurry mit Spinat, Erbsen und Kokosmilch Basmatireis	Rohkost & Salat Tofuwürfel in brauner Sauce Rotkraut und Kartoffelstock	Rohkost & Salat Hackfleischkügel in Tomatensauce Gemüse Teigwaren	Rohkost & Salat Kartoffelgratin mit Blumenkohl und Broccoli	Rohkost & Salat Rühreier mit Kräutern Gemüse Teigwaren
Zvieri	Bananen, Milch Reiswaffeln	Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli	Apfel- & Birnenschnitzli Käsewürfeli	Bananen- und Birnenschnitzli, Brot	Apfel- & Kiwischnitzli 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 KW3 13. - 17. Januar 2025

Planungswoche 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Orangenjoghurt	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Bananenquark	Apfel- & Orangenschnitzli Brot	Orangenschnitzli Joghurt mit Agavensirup
Mittagessen	Rohkost & Salat Spanische Tortilla mit Kartoffeln und Ei Gemüse	Rohkost & Salat Kichererbsentätschli Mit Gemüse und Joghurtsauce	Rohkost & Salat Teigwaren an Kürbisrahmsauce Käse	Rohkost & Salat Smashed Potatoes Mit Gemüse und Kräuterquark	Rohkost & Salat Fischstäbli mit Fenchelgemüse und Reis
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli	Apfelschnitzli Käsewürfeli Brot	Mandarinli & Apfelschnitzli Brot	Bananen, Milch Reiswaffeln	Mandarinli und 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 Banyayai, 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 KW4 20. - 24. Januar 2025

Planungswoche 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Orangen- & Apfelschnitzli Dörrfrüchte Blevita	Apfelschnitzli Käsewürfeli Brot	Apfel- & Birnenschnitzli	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Bananenquark Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Risotto mit Steinpilzen Gemüse	Rohkost & Salat Fotzelschnitten mit Apfelmus	Rohkost & Salat Bohneneintopf mit Gemüse und Tomatensauce Bulgur	Rohkost & Salat Käsemuffins Weisskabis	Rohkost & Salat Pouletgeschnetzeltes an Rosmarinsauce Gemüse Ofenkartoffeln
Zvieri	Apfel- & Birnenschnitzli	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel Brot	Birnen- & Orangenschnitzli, Milch Blevita	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli	Mandarinli & Bananenschnitzli 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 KW5 27. – 31. Januar 2025

Planungswoche 5	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Orangenschnitzli Brot	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Orangenschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Mandarinli & Bananenschnitzli Brot	Orangenjoghurt
Mittagessen	Rohkost & Salat Hausgemachte grüne Chnöpfli mit Champignonsrahmsauce, Gemüse	Rohkost & Salat Thon Tätschli mit Tomatensauce und Teigwaren, Gemüse	Rohkost & Salat Gekochte Eier in Senf-Béchamelsauce Gemüse Reis	Rohkost & Salat Bohnentätschli mit Kräuterquark Gemüse	Rohkost & Salat Käse-Gemüsewähe
Zvieri	Bananen, Milch, Reiswaffeln	Mandarinli und Apfelschnitzli, Brot	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfelschnitzli Käsewürfeli Brot	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli & Apfelschnitzli

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



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn

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

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität