

**Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 03. Januar 2025**

**Kundenname**  
**Strasse**

**Vorname**  
**PLZ / Ort**

Bestellung	Normale Kost	Bestellung	Leichte Kost
01	Rindsschmorbraten an Rotweinsauce Kartoffelstock Grüne Bohnen	01	Schweinsbraten an Rotweinsauce Kartoffelstock Broccoli
02	Trutenpiccata Spaghetti mit Tomatensauce Rosenkohl	02	Pouletbrüstchen an Kirschsauce Basmatireis Fenchel
03	Kalbsleberplätzli an Zwiebelsauce Rösti Blattspinat	03	Pangasius an Weissweinsauce Nudeln Grüne Bohnen
04	Pouletgeschnetzeltes an Currysauce Trockenreis Früchtgarnitur	04	Gehacktes Rindfleisch an Bratensauce Hörnli Apfelmus
05	Kalbsragoût «Marengo» Polenta mit Käse Blumenkohl	05	Truthahnschnitzel an Zitronensauce Reis «türkische Art» mit Safran Mischgemüse
06	Kalbsbraten an Kräutersauce Kartoffelauflauf Romanesco	06	Rindsvoressen an Rotwein- Orangensauce Bouillonkartoffeln Zucchetti

Bestellung	Vegetarische Kost	Bestellung	Diabetes Kost +/- 30 KH
01	Griessschnitte mit Käse Gemüsesauce Ratatouille <b>Diabetes</b>	01	Schweinsbraten an Senfsauce Nudeln Broccoli
02	Thai-Curry vegan, scharf Trockenreis Romanesco	02	Rindsschnitzel geschmort an Fleischfond Kartoffelstock Karotten
03	Käsehörnli mit Kartoffeln Apfelmus Karotten	03	Kalbshacksteak an Bratensauce Hirsotto mit Käse Fenchel
04	Tofuragoût süss-sauer Nudeln Broccoli	04	Gulasch «ungarische Art» Spätzli mit Pilzen Erbsen mit Karotten
05	Cannelloni mit Gemüse- Ricottafüllung Blumenkohl Grüne Bohnen	05	Saiblingfilet an Weissweinsauce Gemüsereis Kefen
06	Mah Meh mit Gemüse an Currysauce Sellerie mit Petersilie Kefen <b>Diabetes</b>	06	Kalbsschnitzel an Zitronensauce Basmatireis mit Gemüse Blumenkohl

Bestellung	Monatshit	Bestellung	Gericht nach Saison
	Kalbsroulade gefüllt mit Geflügelbrät und Champignon - Polenta mit Käse Kohlraben	01	
		02	
		03	
		04	

**Zu verbrauchen bis**

**31. Januar 25** Menüs, Fleisch, Beilagen, Gemüse

**22. Januar 25** Dessert, Suppen

Diabetes = für Diabetiker geeignet

KH = Kohlenhydrate

**Einkaufsbedingte Änderungen möglich**

**Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 03. Januar 2025**

**Kundenname**

**Vorname**

**Strasse**

**PLZ / Ort**

Bestellung		Suppen 170g	Bestellung		Fleisch 200g
01		Bouillon mit Flädli	01		Rindsschmorbraten an Rotweinsauce
02		Broccoli-Suppe	02		Trutenpiccata
03		Gemüse-Suppe «Bauernart»	03		Kalbsleberplätzli an Zwiebelsauce
04		Griess-Suppe	04		Pouletgeschnetzeltes an Currysauce
05		Haferflocken-Suppe	05		Kalbsragoût «Marengo»
06		Kürbis-Suppe	06		Kalbsbraten an Kräutersauce
07		Tomaten-Suppe	07		Saiblingfilet an Weissweinsauce
Bestellung		Beilagen	Bestellung		Gemüse 120g
01		Kartoffelstock 150g	01		Blattspinat
02		Polenta 150g	02		Broccoli
03		Trockenreis 130g	03		Fenchel
04		Nudeln 110g	04		Karotten
Bestellung		Salate Haltbarkeit 8 Tage bei maximal +5°C	Bestellung		Dessert (auch für Diabetiker) Haltbarkeit 8 Tage bei maximal +5°C
01		Selleriesalat 300g	01		Mini Muffins assortiert gezuckert 57g
02		Cole Slaw Salat 210g (Weisskabis/Rüebli)	02		Apfelmus 120g
03		Kartoffelsalat 450g	03		Schoko- Kokoskuchen 104g
04		Hörnli- Trutenschinkensalat 300g	04		Brownie mit Schokolade gezuckert 75g
05		Karottensalat 200g	05		Aprikosenkompott 120g
06		Maissalat 200g	06		Caramelpudding gezuckert 150g
Bestellung		Fleischsalate Haltbarkeit 8 Tage bei maximal +5°C	07		Erdbeerkompott 120g
01		Cervelat- Käsesalat 300g	08		Zwetschgenkompott 120g
02		Siedfleischsalat 200g	09		Heidelbeerkompott gezuckert 120g
Bestellung		Diverses Haltbarkeit 5 Tage bei maximal +5°C	10		Pflaumen- Streuselschnitte 83g
01		Birchermüesli gezuckert 300g			

**Fleischherkunft**

Kalb, Rind, Schwein	Schweiz
Poulet	Schweiz
Truten, Kaninchen	Ungarn
Lamm	Australien, Neuseeland, Irland

**Fischherkunft**

Lachs	Norwegen	Pangasius	Vietnam
Saibling	Island	Zander	Russland
Egli	Russland	Dorsch	Nordatlantik
Goldbutt	Nordatlantik	Thunfisch	Mittler Westpazifik