

Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 03. Januar 2025

Kundenname

Vorname

Strasse

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 Diabetes	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 Diabetes	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
			07		Erdbeerkompott 120g
			08		Zwetschgenkompott 120g
			09		Heidelbeerkompott gezuckert 120g
			10		Pflaumen- Streuselschnitte 83g
Bestellung		Fleischsalate Haltbarkeit 8 Tage bei maximal +5°C	Bestellung		Fruchtbecher 150g Haltbarkeit 5 Tage bei maximal +5°C
01		Cervelat- Käsesalat 300g	01		Ananas
02		Siedfleischsalat 200g	02		Fruchtsalat
			03		Fruchtsalat Mango-Limetten
Bestellung		Diverses Haltbarkeit 5 Tage bei maximal +5°C			
01		Birchermüesli gezuckert 300g	04		

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