

Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 09. August 2024

Kundenname

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Bestellung	Normale Kost	Bestellung	Leichte Kost
01	Schweinsgeschnetzeltes «Zürcher Art» Kartoffelstock Vichykarotten	01	Kalbsgeschnetzeltes an Rosmarinsauce Eierspätzli Karottenscheiben
02	Kalbshacksteak mit Jus Müscheliteigwaren tricolore Kohlraben	02	Truthahnschnitzel an Zitronensauce Reis «türkische Art» mit Safran Zucchetti
03	Weisses Pouletragoût an Rahmsauce Trockenreis Grüne Bohnen	03	Thunfisch an Kokossauce Basmatireis mit Gemüse Erbsen mit Karotten
04	Jägerschnitzel an Bratensauce Risotto Zucchetti	04	Schweinsbraten an Bratensauce Kartoffelstock Romanesco
05	Cipollata (Kalbswürstchen) Polenta mit Käse Erbsen	05	Rindsbraten an Rahmsauce mit Apfel Polenta Fenchel
06	Rindsgeschnetzeltes «Stroganoff» Bratkartoffeln Blumenkohl	06	Gebratenes Poulet mit Jus Trockenreis Rahmspinat

Bestellung	Vegetarische Kost	Bestellung	Diabetes Kost +/- 30 KH
01	Gemüsecurry vegan, mild Trockenreis Erbsen	01	Rindsroulade mit Speck und Essiggurken Eierspätzli Wirz
02	Gemüse- Maccaroniauflauf Kefen Rahmspinat	02	Rindshacksteak mit Jus Pilawhirse mit Käse Broccoli
03	Gemüserisotto mit Rahm Fenchel Grüne Bohnen	03	Truthahnschnitzel an Tomatensauce Polenta mit Käse Karotten
04	Kartoffelgnocchi mit Käse Tomatensauce Broccoli	04	Rindsgeschnetzeltes «chinesische Art» Eierspätzli Dörrbohnen
05	Käsehörnli mit Kartoffeln Apfelmus Erbsen mit Karotten	05	Goldbutt Piccata an Tomatensauce Spaghetti mit Gemüse Blattspinat
06	Bami Goreng ohne Fleisch Kefen Vichykarotten	06	Kalbsschnitzel an Zitronensauce Basmatireis mit Gemüse Blumenkohl

Bestellung	Monatshit	Bestellung	Gericht nach Saison
	Kalbs-Meatballs an Rotweinsauce - Risotto - Schwarzwurzeln	01	
		02	
		03	
		04	

Zu verbrauchen bis

06. September 24 Menüs, Fleisch, Beilagen, Gemüse

28. August 24 Dessert, Suppen

Diabetes = für Diabetiker geeignet

KH = Kohlenhydrate

Einkaufsbedingte Änderungen möglich

Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 09. August 2024

Kundenname

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Bestellung		Suppen 170g	Bestellung		Fleisch 200g
01		Bouillon mit Flädli	01		Schweinsgeschnetzeltes «Zürcher Art»
02		Broccoli-Suppe	02		Kalbshacksteak mit Jus
03		Gemüse-Suppe «Bauernart»	03		Weisses Pouletragoût an Rahmsauce
04		Griess-Suppe	04		Jägerschnitzel an Bratensauce
05		Haferflocken-Suppe	05		Cipollata (Kalbswürstchen)
06		Kürbis-Suppe	06		Rindsgeschnetzeltes «Stroganoff»
07		Tomaten-Suppe	07		Thunfisch an Kokossauce
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
Bestellung		Fleischsalate Haltbarkeit 8 Tage bei maximal +5°C	09		Heidelbeerkompott gezuckert 120g
			10		Pflaumen- Streuselschnitte 83g
01		Cervelat- Käsesalat 300g	Bestellung		Fruchtbecher 150g Haltbarkeit 5 Tage bei maximal +5°C
02		Siedfleischsalat 200g	01		Ananas
			02		Fruchtsalat
Bestellung		Diverses Haltbarkeit 5 Tage bei maximal +5°C	03		Fruchtsalat Mango-Limetten
01		Birchermüesli gezuckert 300g	04		Fruchtsalat Melonen Mix

Fleischherkunft

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

Fischherkunft

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