

Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 10. Januar 2025

Kundenname

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Bestellung	Normale Kost	Bestellung	Leichte Kost
01	Kalbsschnitzel an Zitronensauce Risotto Mischgemüse	01	Schweinsvoren an Weissweinsauce Kartoffelstock Fenchel
02	Spaghetti Bolognesesauce Zucchini	02	Kalbshaxe an Gemüsesauce Risotto Zucchini
03	Kalbhacksteak mit Jus Trockenreis Kohlraben	03	Dorsch mit Kräuterauflage und Tomatensauce Wildreis / Gemüse Mischung
04	Schweinssteak «Robert» Rahmkartoffeln Erbsen	04	Schweinsgeschnetzeltes mit Thymianjus Trockenreis Karottenscheiben
05	Schweinsbraten an Bratensauce mit Zwetschgen Nudeln, Karotten	05	Kalbsgeschnetzeltes an Rahmsauce Nudeln Romanesco
06	Rindsroulade mit Speck und Essiggurken Eierspätzli Wirz	06	Weisses Pouletragoût an Rahmsauce Hörnli Erbsen

Bestellung	Vegetarische Kost	Bestellung	Diabetes Kost +/- 30 KH
01	Kürbis an Pilzrahmsauce Nudeln Broccoli mit Mandeln Diabetes	01	Truthahnschnitzel an Orangen- Thymiansauce Nudeln Wirz
02	Polentaschnitte mit Käse Gemüsecarbonara Rahmspinat	02	Kalbsvoren «Jäger Art» Gemüsereis Karottenwürfel
03	Gemüsepaella mit Safran Zucchini Romanesco	03	Rindsschmorbraten Kartoffelstock Rotkohl
04	Kartoffel- Gemüseauflauf Karottenscheiben Grüne Bohnen	04	Kalbsbratwurst an Zwiebelsauce Rösti Karotten
05	Ungarisches Kartoffelgulasch Sellerie Kefen	05	Zanderfilet «Grenobler Art» Salzkartoffeln Ratatouille
06	Eieromeletten Pilzsauce mit Petersilie Rahmspinat Diabetes	06	Pouletragoût «malaysische Art» Basmatireis mit Gemüse Blattspinat

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

Zu verbrauchen bis

07. Februar 25 Menüs, Fleisch, Beilagen, Gemüse

29. Januar 25 Dessert, Suppen

Diabetes = für Diabetiker geeignet

KH = Kohlenhydrate

Einkaufsbedingte Änderungen möglich

Bestellung an Beratungsstelle spätestens bis: 10. Januar 2025

Kundenname

Vorname

Strasse

PLZ / Ort

Bestellung		Suppen 170g	Bestellung		Fleisch 200g
01		Bouillon mit Flädli	01		Kalbsschnitzel an Zitronensauce
02		Broccoli-Suppe	02		Bolognesesauce
03		Gemüse-Suppe «Bauernart»	03		Kalbhacksteak mit Jus
04		Griess-Suppe	04		Schweinssteak «Robert»
05		Haferflocken-Suppe	05		Schweinsbraten an Bratensauce
06		Kürbis-Suppe	06		Rindsroulade mit Speck und Essiggurken
07		Tomaten-Suppe	07		Zanderfilet «Grenobler Art»
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