

Woche 48		26. November 2018 2. Dezember 2018		Zu verbrauchen bis:		Plan 4			
				Menüs und Suppen					
				14. Dez 18					
Bestellung		Normale Kost		Kcal KH	Bestellung		Leichte Kost		Kcal KH
MO		Rindsschmorbraten Kartoffelstock Grüne Bohnen		346 24.7	MO		Schweinsbraten an brauner Sauce Kartoffelstock Broccoli		608 29.0
DI		Trutenpiccata Spaghetti mit Tomatensauce Rosenkohl		631 60.8	DI		Rindsvoressen an Rotwein-Orang Nudeln Fenchel		371 34.5
MI		Kalbsleberplätzli an Zwiebelsauce Rösti Blattspinat		481 21.4	MI		Pangasius-Fisch an Weissweinsa Nudeln Grüne Bohnen 		469 36.0
DO		Pouletgeschnetztes Curry Trockenreis Früchtégarniture		623 85.6	DO		Schweinsgeschnetztes mit Thyr Trockenreis Karottenscheiben		632 60.6
FR		Cipollata (Kalbswürstchen) Polenta Erbsen		610 35.8	FR		Kalbsgeschnetztes Nudeln Romanesco Gemüse		460 36.7
SA		Kalbsbraten geschmort Kartoffelaufwurf Romanesco-Gemüse		465 21.1	SA		Gehacktes Rindfleisch Hörnli Apfelmus		409 54.6
Bestellung		Vegetarische Kost		Kcal KH	Bestellung		Diabetes Kost		Kcal KH
MO		Griess-Schnitte Gemüsesauce Zucchetti Diabetes		554 26.2	MO		Schweinsbraten an Senfsauce Nudeln Broccoli		748 26.7
DI		Karotten-Bananen-Ragoût-Curry Trockenreis Romanesco-Gemüse		576 71.8	DI		Rindsschnitzel gebraten Kartoffelstock Karotten		435 27.6
MI		Käse-Hörnli mit Kartoffeln Apfelmus Karotten		524 47.0	MI		Pouletbrust mit Tomatenwürfel Müschele-Teigwaren Erbsen		643 39.2
DO		Tofu-Ragoût süss-sauer Nudeln Broccoli		640 80.0	DO		Gulasch "ungarische-Art" Spätzli mit Pilzen Erbsen mit Karotten		413 31.1
FR		Cannelloni "mediterran" Blumenkohl Grüne Bohnen		494 43.7	FR		Saiblingfilet an Weissweinsauce Gemüserais  Kefen		636 36.0
SA		Mah-Meh mit Gemüse an Currysauce Sellerie Kefen Diabetes		381 38.3	SA		Kalbsschnitzel an Zitronensauce Basmati-Reis mit Gemüse Blumenkohl		384 31.1
Bestellung		Monatshit		Kcal KH	Bestellung		Desserts		
1		Kalbsbrust mit Brätfüllung Spiralteigwaren Broccoli mit Mandeln		849 43.0	MO		Ananaskompott, 120g		
	DI					Apfelmus, 120g			
	MI					Apfelschnitte, 135g			
Bestellung		Suppen 170g			DO		Aprikosenkompott, 120g		
MO		Bouillon mit Flädli			FR		Birnenkompott, 120g		
DI		Gemüse-Suppe "Bauernart"			SA		Zwetschgenkompott, 120g		
MI		Griess-Suppe							
DO		Haferflocken-Suppe			Bestellung		Diverses		
FR		Kürbis-Suppe			1		Birchermüesli, gezuckert, 300g		
SA		Tomaten-Suppe			2				