

Woche 51		17. Dezember 2018 23. Dezember 2018		Zu verbrauchen bis:		Plan 7					
				Menüs und Suppen							
				4. Jan 19							
		Dessert		25. Dez 18							
Bestellung		Normale Kost		Kcal	KH	Bestellung		Leichte Kost		Kcal	KH
MO		Schweinsgeschnetzeltes "Zürcher-Art" Kartoffelstock Vichy-Karotten	537 35.6	MO		Kalbsgeschnetzeltes an Rosmarinsauce Spätzli Broccoli	438 38.2				
DI		Kalbshacksteak mit Jus Müscheli-Teigwaren tricolore Kohlraben	609 50.4	DI		Truthahnschnitzel an Zitronensauce Reis "türkische-Art" Zucchetti	464 61.8				
MI		Weisses Poulet-Ragoût an Rahmsauce Trockenreis Grüne Bohnen	688 56.5	MI		Thunfisch an Kokossauce Basmatireis mit Gemüse  Erbsen mit Karotten	631 46.8				
DO		Jägerschnitzel an brauner Sauce Risotto Zucchetti	514 28.2	DO		Schweinsbraten an brauner Sauce Kartoffelstock Romanesco-Gemüse	618 31.9				
FR		Kalbsbratwurst an Zwiebelsauce Nudeln Broccoli	611 41.0	FR		Rindsvoressen an Rotwein-Orangensaur Polenta Kohlraben	345 27.9				
SA		Rindsgeschnetzeltes "Stroganoff" Bratkartoffeln Blumenkohl	384 24.7	SA		Gebrautes Poulet mit Jus Trockenreis Rahmspinat	501 57.2				
Bestellung		Vegetarische Kost		Kcal	KH	Bestellung		Diabetes Kost		Kcal	KH
MO		Eier an Curry-Sauce Trockenreis Erbsen Diabetes	603 74.7	MO		Schweinssteak "Robert" Naturekartoffeln Grüne Bohnen	327 25.9				
DI		Polentaschnitte "Napoli" Tomatensauce Blattspinat	445 35.4	DI		Rindshacksteak mit Jus Pilaw-Hirse Broccoli	466 33				
MI		Gemüserisotto mit Rahm Fenchel Grüne Bohnen	463 37.4	MI		Truthahnschnitzel an Tomatensauce Polenta Karotten	441 30.9				
DO		Nudeln Weisse Sauce mit Gemüsewürfel Grüne Bohnen	658 57.7	DO		Rindsgeschnetzeltes "chinesische Art" Spätzli Dörrbohnen	511 36.6				
FR		Käse-Hörnli mit Kartoffeln Apfelmus Erbsen mit Karotten	528 48.5	FR		Goldbutt - Piccata (Fisch)  Spaghetti mit Gemüse Romanesco	435 22.2				
SA		Bami-Goreng ohne Fleisch Kefen Vichy-Karotten Diabetes	441 35.0	SA		Kalbsschnitzel an Zitronensauce Basmati-Reis mit Gemüse Blumenkohl	384 31.3				
Bestellung		Monatshit		Kcal	KH	Bestellung		Desserts			
1		Äpler-Makkaroni mit Speck Karotten gedämpft Apfelmus	509 51.7	MO				Apfelmus, 120g			
	DI						Apfelschnitte, 135g				
	MI						Aprikosenkompott, 120g				
	Bestellung	Suppen 170g		DO				Zwetschgenkompott, 120g			
MO		Bouillon mit Flädli		FR				Heidelbeerkompott, gezuckert 120g			
DI		Gemüse-Suppe "Bauernart"		SA				Milchreis, gezuckert 200g			
MI		Griess-Suppe									
DO		Haferflocken-Suppe			Bestellung			Diverses			
FR		Kürbis-Suppe		1				Birchermüesli, gezuckert, 300g			
SA		Tomaten-Suppe									