

<b>Woche</b>  <b>11</b>		<b>15. März 2021</b>		Zu verbrauchen bis:		 Menu Mobile <small>Fixfertiger Genuss</small>  Plan 3			
				<u>Menüs/Suppem</u> <b>2. Apr 21</b>					
		<b>21. März 2021</b>		<u>Dessert</u> <b>23. Mrz 21</b>					
<b>Bestellung</b>		<b>Normale Kost</b>		<b>Kcal</b>	<b>Bestellung</b>	<b>Leichte Kost</b>		<b>Kcal</b>	
				<b>KH</b>					<b>KH</b>
MO		Rindsschmorbraten an Rotweinsauce	346		MO	Schweinsbraten an Rotweinsauce	645		
		Kartoffelstock	25			Kartoffelstock	56		
		Grüne Bohnen				Broccoli			
DI		Trutenpiccata	631		DI	Pouletbrüstchen an Kirschensauce	649		
		Spaghetti mit Tomatensauce	61			Basmati-Reis	58		
		Rosenkohl				Fenchel			
MI		Kalbsleberplätzli an Zwiebelsauce	481		MI	Pangasius-Fisch an Weissweinsauce	469		
		Rösti	21			Nudeln	36		
		Blattspinat				Grüne Bohnen			
DO		Pouletgeschnetzeltes an Currysauce	623		DO	Gehacktes Rindfleisch an Sauce	409		
		Trockenreis	85			Hörnli	55		
		Früchtegarniture				Apfelmus			
FR		Kalbsragout "Marengo"	390		FR	Truthahnschnitzel an Zitronensauce	401		
		Polenta mit Käse	25			Reis "türkische-Art" mit Safran	55		
		Blumenkohl				Mischgemüse			
SA		Kalbsbraten an Kräutersauce	465		SA	Rindsvoressen an Rotwein-Orangensaft	632		
		Kartoffelauflauf	21			Bouillonkartoffeln	61		
		Romanesco-Gemüse				Zucchetti			
<b>Bestellung</b>		<b>Vegetarische Kost</b>		<b>Kcal</b>	<b>Bestellung</b>	<b>Diabetes Kost</b>		<b>Kcal</b>	
				<b>KH</b>					<b>KH</b>
MO		Griess-Schnitte	554		MO	Schweinsbraten an Senfsauce	748		
		Gemüsesauce	26			Nudeln	27		
		Zucchetti				Broccoli			
DI		Karotten-Bananen-Ragoût-Curry	576		DI	Rindsschnitzel geschmort an Fleischfor	435		
		Trockenreis	72			Kartoffelstock	28		
		Romanesco-Gemüse				Karotten			
MI		Käse-Hörnli mit Kartoffeln	524		MI	Kalbshacksteak an brauner Sauce	660		
		Apfelmus	47			Hirsotto mit Käse	38		
		Karotten				Fenchel			
DO		Tofu-Ragoût süss-sauer	640		DO	Gulasch "ungarische-Art"	413		
		Nudeln	80			Spätzli mit Pilzen	31		
		Broccoli				Erbsen mit Karotten			
FR		Cannelloni mit Gemüse-Ricottafüllung	494		FR	Saiblingfilet an Weissweinsauce	636		
		Blumenkohl	44			Gemüsereis	36		
		Grüne Bohnen				Kefen			
SA		Mah-Meh mit Gemüse an Currysauce	464		SA	Kalbsschnitzel an Zitronensauce	384		
		Sellerie mit Petersilie	32			Basmatireis mit Gemüse	31		
		Kefen				Blumenkohl			
<b>Bestellung</b>		<b>Monatshit</b>		<b>Kcal</b>	<b>Bestellung</b>	<b>Desserts / Birchermüesli</b>			
				<b>KH</b>					
1		Truthahnschnitzel an Bärlauchsauce	594		1	Mini Muffin's assortiert 57g			
		Spiralteigwaren	40		2	Apfelschnitte, 135g			
		Broccoli			3	Aprikosenkompoitt, 120g			
					4	Milchreis, gezuckert 200g			
MO		Bouillon mit Flädli			5	Quinoamüesli, gezuckert 300g (5 Tage)			
DI		Gemüse-Suppe "Bauernart"			<b>Bestellung</b>		<b>Salate ab 200g</b>		
MI		Griess-Suppe			1	Selleriesalat 300g			
DO		Haferflocken-Suppe			2	Cole Slaw Salat 210g (Weisskabis-Rüebli)			
FR		Kürbis-Suppe			3	Hörnli-Trutenschinken-Salat 300g			
SA		Tomaten-Suppe			4	Poulet Curry Salat 300g			