

Menüplan KW2 11.-15. Januar 2021

Planungswoche 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Orangenschnitzli Brot	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Apfelschnitzli & Mandarinli Brot	Apfel- & Bananenschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Bananen-Beerenquark
Mittagessen	Rohkost & Salat Soja Bolognese mit Teigwaren Rüeblli und Erbsli	Rohkost & Salat Bohneneintopf in Tomatensauce mit Rüeblli, Stangensellerie und Cous Cous	Rohkost & Salat Pouletgeschnetzeltes mit Sauce, Lauch und Rüeblli Kartoffelstock	Rohkost & Salat Pasta al forno Mit Champignons, Erbsli, Käse und Rahm	Rohkost & Salat Käsekuchen Kohlrabi und Rüeblli
Zvieri	Bananenquark Reiswaffeln	Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli	Apfel- & Birnenschnitzli	Bananen- und Birnenschnitzli, Brot	Joghurt mit Agavendicksaft Brot, Apfelschnitzli

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW3 18.-22. Januar 2021

Planungswoche 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Bananenjoghurt	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Bananenquark	Apfel- & Orangenschnitzli Brot	Orangenschnitzli Joghurt mit Agavensirup
Mittagessen	Rohkost & Salat Spanische Tortilla mit Kartoffeln und Ei Stangensellerie und Rübli	Rohkost & Salat Gebratene Tofuwürfel an brauner Sauce Wurzelgemüse und Teigwaren	Rohkost & Salat Kichererbseneintopf Mit Tomatensauce Zwiebeln, Rübli und Sellerie Basmatireis	Rohkost & Salat Pizza mit Tomaten, Oliven und Mozzarella Kohlrabi und Rübli mit Olivenoel und Zitrone	Rohkost & Salat Lachswürfel an Dillrahmsauce mit Zitrone Fenchel aus dem Ofen Reis
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Mandarinli & Apfelschnitzli Brot	Bananenquark Reiswaffeln	Mandarinli und Apfelschnitzli Brot

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Banyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer
Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität

Menüplan KW4 25.-29. Januar 2021

Planungswoche 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Orangen- & Apfelschnitzli Dörrfrüchte Blevita	Bananenquark	Apfel- & Birnenschnitzli	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Mandarinli & Bananenschnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Teigwaren an Kürbisrahmsauce Reibkäse	Rohkost & Salat Eier Frittata mit Kartoffeln Stangensellerie und Rüebl	Rohkost & Salat Linsencurry mit Paneer Grüne Bohnen Basmatireis	Rohkost & Salat Risotto mit Safran und gebratenen Pilzen Rüebl und Fenchel	Rohkost & Salat Hackbraten mit Rotkraut und Kartoffelstock
Zvieri	Apfel- & Birnenschnitzli	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel Brot	Bananenquark, Brot	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup

Planungshinweis: Milchprodukte können auf 1 Portion / Tag reduziert werden. Fettreiche Zubereitungsarten max. 3x / Woche.



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte
Brot
Gemüse & Früchte

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen
->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn
->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen
->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Weitere Deklaration:

Fleisch
Fisch
Eier

Schweiz
Nachhaltige Fischerei
Schweiz, Bioqualität



zertifizierter Betrieb

Unsere Lieferanten:

Milchprodukte

Brot

Gemüse & Früchte

Weitere Deklaration:

Fleisch

Fisch

Eier

->Molkerei Lanz, Obergerlafingen

->Bäckerei-Konditorei Baranyai, Solothurn

->Biohof Rigi, Biologisch-dynamischer
Gemüse- und Obstbau, Hessigkofen

->Siragusa Früchte und Gemüse, Bellach

Schweiz

Nachhaltige Fischerei

Schweiz, Bioqualität