

## Menüplan KW11 10.-14. März 2025

Planungswoche 1	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Orangen- & Bananenschnitzli, Joghurt mit Agavensirup	Apfelschnitzli & Brot	Bananenquark	Apfel- und Orangenschnitzli Blevita	Früchtequark, Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Tofuwürfel in brauner Sauce Rotkraut Kartoffelstock	Rohkost & Salat Hafertäschli mit Käse, Kräutern und Quark. Sauerrahmsauce Rübligemüse	Rohkost & Salat Fischstäbli mit Fenchelgemüse und Kräutermayonnaise. Salzkartoffeln	Rohkost & Salat Käsemuffins mit Saisongemüse	Rohkost & Salat Bohneneintopf mit Tomatensauce, Teigwaren, Gemüse
Zvieri	Kiwi- und Apfelschnitzli Brot	Käsewürfeli, Früchte, Brot	Gemüwestängeli, Hummus Brot	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfel- & Kiwischnitzli Brot, Milch

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 KW12 17.-21. März 2025

Planungswoche 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Orangenschnitzli Brot	Bananenjoghurt	Birnen- und Apfelschnitzli, Brot	Apfel- & Bananenschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Früchtequark Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Bohnenburger mit Sauerrahmsauce, Gemüse	Rohkost & Salat Käse/Gemüsewähe	Rohkost & Salat Hackbällchen mit Tomatensauce, Gemüse, Teigwaren	Rohkost & Salat Linsencurry mit Gemüse und Bulgur	Rohkost & Salat Pasta alla carbonara Mit Ei und Parmesan Gemüse
Zvieri	Käsewürfeli, Früchte, Brot.	Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli	Apfelschnitzli & Bananen Brot, Milch	Gemügestängeli, Hummus Brot	Apfel- & Kiwischnitzli 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 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 KW13 24.-28. März 2025

Planungswoche 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Bananenjoghurt	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Apfel- & Birnschnitzli Brot	Birnschnitzli, Joghurt mit Agavensirup
Mittagessen	Rohkost & Salat Hausgemachte Bärlauch-Chnöpfli, Rahmsauce. Gemüse.	Rohkost & Salat Kichererbsen marokkanische Art, mit Tomatensauce, Ras el hanoud und Cous-Cous	Rohkost & Salat Lachswürfel in Dillrahmsauce, Kartoffeln, Gemüse.	Rohkost & Salat Teigwaren mit pinker Sauce. (Feta und Randen)	Rohkost & Salat Steinpilzrisotto, Gemüse
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli	Apfel- & Birnschnitzli Brot	Birnen- & Bananenschnitzli, Brot, Milch	Käsewürfeli, Früchte, Brot	Bananenschnitzli, 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 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 KW14 31. März - 4. April 2025



Planungswoche 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Bananenquark	Früchtejoghurt Brot	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Apfel- & Kiwischnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Sojabolognese mit Teigwaren und Parmesan.Gemüse.	Rohkost & Salat Spiegeleier mit Rahmspinat und Salzkartoffeln	Rohkost & Salat Kichererbsentäschli mit Tomatensauce und Gemüse.	Rohkost & Salat Smashed Potatoes Gemüse. Sauerrahmsauce	Rohkost & Salat Pouletcurry mit Früchten und Reis
Zvieri	Gemüwestängeli, Hummus Brot	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Birnen- & Bananenschnitzli Brot, Milch	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli	Apfel- und Birnenschnitzli Brot, Käsewürfeli

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 KW15 7.-11. April 2025

Planungswoche 5	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Bananenquark	Apfelschnitzli Dörrfrüchte Brot	Bananenjoghurt	Apfel- & Kiwischnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Risotto mit Safran, gebratene Champignons und Gemüse.	Rohkost & Salat Thonschiffli mit Tomatensauce und Reis. Rüebli Gemüse	Rohkost & Salat Spanische Tortilla mit Kartoffeln und Ei. Gemüse	Rohkost & Salat Linsencurry mit Kokosmilch und Spinat. Basmatireis	Rohkost & Salat Käse-Zwiebelwähe Gemüse
Zvieri	Käsewürfeli. Früchte, Brot	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Birchermüesli mit Haferflockli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfel- & Birnenschnitzli Brot	Brot mit Kräuterfrischkäse, Birnen- & 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 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