

Menüplan KW26 27.Juni - 1. Juli 2022

Planungswoche 1	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Bananenquark	Apfel- & Melonenschnitze Brot	Frische Erdbeeren Joghurt mit Agavensirup	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Apfel- & Melonenschnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Kartoffelgratin Broccoli und Blumenkohl	Rohkost & Salat Grüne Bohnen mit Tomatensauce, Feta und Ofenkartoffeln	Rohkost & Salat Gebratene Tofuwürfel mit brauner Sauce Gemüse Reis	Rohkost & Salat Eier Frittata mit Erbsen Rübligemüse Ebly	Rohkost & Salat Hackfleisch Bolognese, mit Teigwaren Leitungssitzung
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli	Bananenjoghurt Blevita	Apfel- und Melonenschnitzli Brot	Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Apfelschnitzli Dörrfrüchte Reiswaffeln

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 KW27 4.-8. Juli 2022

Planungswoche 2	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Melonenschnitzli Joghurt mit Agavensirup	Bananen- und Apfelschnitzli, Brot	Apfelschnitzli Dörrfrüchte Reiswaffeln	
Mittagessen	Rohkost & Salat Linseneintopf mit frischen Tomaten, Sellerie und Rüebl. Bulgur	Rohkost & Salat Ratatouille mit gebratenen Halloumiwürfelchen Reis	Rohkost & Salat Haferbratlinge mit Käse, Quark und frischen Kräutern. ZucchiniGemüse	Rohkost & Salat Fischstäbli mit Kräutermayonnaise Fenchelgemüse Reis	KITA AUSFLUG Kein Mittagessen
Zvieri	Bananenquark Reiswaffeln	Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Apfel- & Melonenschnitzli 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 KW28 11.-15. Juli 2022

Planungswoche 3	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Bananenjoghurt Weinbeeri	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Melonenquark	Apfel- & Nektarinenschnitzli Brot	Apfelschnitzli Joghurt mit Agavensirup
Mittagessen	Rohkost & Salat Risotto mit Safran und gebratenen Pilzen Gedämpfte Tomaten Ceci einweichen	Rohkost & Salat Kichererbseneintopf mit Tomaten und Ras al Hanout Gebratene Auberginenwürfeli Cous-Cous	Rohkost & Salat Rühreier mit Kräutern Rüebli und Zucchini Ofenkartoffeln	Rohkost & Salat Pouletgeschnetzeltes an Champignons- rahmsauce. Spinat Teigwaren	Rohkost & Salat Pasta an Zucchini- Sauce mit Safran, Basilikum und Rahm
Zvieri	Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli	Apfelschnitzli & frische Erdbeeren Brot	Apfel- & Bananenschnitzli Brot	Bananenquark Reiswaffeln	Melonen- & 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 KW29 18.-22. Juli 2022

Planungswoche 4	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- und Orangenschnitzli Blevita	Mangoquark	Apfel- & Kiwischnitzli Brot	Apfelsirup Birnenschnitzli	Apfel- & Bananenschnitzli Brot
Mittagessen	Rohkost & Salat Fisch Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Eierspeis Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Fisch Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Käse/Tofu Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Proteinquelle wählen Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt
Zvieri	Gemüse Quark Brot	Frühmüsli mit Haferflockli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Bananenquark, Blevita	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli	Quarkcreme mit Apfelmus Reiswaffeln

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 KW30 25.-29. Juli 2022

Planungswoche 5	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Znüni	Apfel- und Birnenschnitzli Brot	Joghurt mit Agavensirup Apfelschnitzli	Bananenquark	Müsli	Griessbrei mit geraffelem Apfel
Mittagessen	Rohkost & Salat Fleisch Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Proteingut Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Fleisch Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Hülsenfrüchte Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt	Rohkost & Salat Käse/Tofu Gekochtes Gemüse stärkehaltiges Lebensmittel Milchprodukt
Zvieri	Apfelschnitzli, Brot	Mandarinli und Apfelschnitzli, Brot	Birchermüesli mit Haferflockli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel	Bananenmilchshake Blevita	Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli & Apfelschnitzli

Sommerferien



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

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