

Menüplan KW6 3.-6. Februar 2025

| Planungswoche 1 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Znüni | Bananenquark Brot | Apfel- & Orangenschnitzli Brot | Bananenjoghurt | Apfel- & Kiwischnitzli Brot | Mandarinli & Bananenschnitzli Brot |
| Mittagessen | Rohkost & Salat Käse-Gemüsekuchen | Rohkost & Salat Spaghetti Bolognese mit Rindshackfleisch Parmesan | Rohkost & Salat Tofuwürfel in brauner Sauce mit Rotkraut und Kartoffelstock | Rohkost & Salat Gekochte Eier in Béchamelsauce Broccoli und Reis | Rohkost & Salat Linsentätschli mit Joghurtsauce und Rübligemüse Ceci einweichen! |
| Zvieri | Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli | Kiwi- und Apfelschnitzli Blevita, Milch | Apfel- und Bananeschnitzli Brot | Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel | Käsewürfeli, Früchte Blevita |

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 KW7 10.-14. Februar 2025

| Planungswoche 2 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Znüni | Apfel- & Birnenschnitzli Brot | Bananenjoghurt | Apfel- & Bananenschnitzli Brot | Apfel- & Orangenschnitzli Reiswaffeln | Bananenquark |
| Mittagessen | Rohkost & Salat Kichererbsen marokkanische Art in Tomatensauce mit Ras el hanout, Cous Cous | Rohkost & Salat Älplermagronen mit Apfelmus und Röstzwiebeln | Rohkost & Salat Risotto mit Safran und gebratenen Champignons, Gemüse | Rohkost & Salat Thonbolognese mit Teigwaren und Rübli-Lauchgemüse | Rohkost & Salat Pizza mit Tomatensauce, Mozzarella und Oliven |
| Zvieri | Bananenquark Reiswaffeln | Apfel- & Birnenschnitzli Brot | Brot mit Kräuterfrischkäse, Apfelschnitzli | Bananen- und Birnenschnitzli, Brot, Milch | 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 KW8 17.-21. Februar 2025

| Planungswoche 3 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Znüni | Apfelschnitzli & Mandarinli Brot | Bananenjoghurt Weinbeeri | Apfel- & Birnenschnitzli Brot | Bananenquark | Apfel- & Kiwischnitzli Joghurt mit Agavensirup |
| Mittagessen | Rohkost & Salat Hausgemachte Chnöpfli mit Tomatenrahmsauce Broccoli | Rohkost & Salat Bohnenburger mit Gemüse und Kartoffelstock | Rohkost & Salat Pasta alla carbonara mit Parmesan und Ei | Rohkost & Salat Pouletgeschnetztes mit Rosmarin-Rahmsauce Gemüse Ofenkartoffeln | Rohkost & Salat Weisskohlgemüse mit Tomatensauce, Reis |
| Zvieri | Brot mit Kräuterfrischkäse Apfelschnitzli | Apfel- & Orangenschnitzli Brot | Apfelschnitzli & Käsewürfeli Brot | Apfel- & Birnenschnitzli Brot | 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 KW9 24. – 28. Februar 2025

| Planungswoche 4 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| Znüni | Apfel- & Birnenschnitzli Brot | Apfel- und Orangenschnitzli Blevita | Bananenquark, Blevita | Apfel- & Bananenschnitzli Brot | Joghurt mit Agavensirup Birnenschnitzli |
| Mittagessen | Rohkost & Salat Lachswürfel in Dillrahmsauce, Fenchelgemüse Reis | Rohkost & Salat Selleriepiccata mit Tomatensauce und Teigwaren | Rohkost & Salat Hafertäschli mit Käse, Ei und Quark. Rüebli-Lauchgemüse. | Rohkost & Salat Kartoffelgratin mit Käse überbacken Broccoli und Blumenkohl | Rohkost & Salat Lasagne mit Sojabolognese und Béchamelsauce. |
| Zvieri | Apfel- & Kiwischnitzli Brot, Käsewürfeli | Birchermüesli mit Haferflöckli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel | Apfel- & Kiwischnitzli Brot | Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli | Apfel- & Orangenschnitzli 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 KW10 3.-7. März 2025



| Planungswoche 5 | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Znüni | Apfel- und Birnenschnitzli Brot | Apfel- und Kiwischnitzli Brot | Apfel- und Birnenschnitzli, Brot | Joghurt mit Agavensirup Birnenschnitzli Brot | Apfelschnitzli & Mandarinli Brot |
| Mittagessen | Rohkost & Salat Hackfleischkügel (Rind) mit Tomatensauce, Gemüse und Kartoffelstock | Rohkost & Salat Linsencurry mit Kokosmilch und Gemüse, Basmatireis | Rohkost & Salat Spiegeleier mit Rahmspinat und Salzkartoffeln | Rohkost & Salat Smashed Potatoes mit Kräuterquark und Gemüse | Rohkost & Salat Käsemuffins mit Sauerrahmsauce und Weisskabis |
| Zvieri | Käsewürfeli, Brot, Früchte | Mandarinli und Apfelschnitzli, Brot, Milch. | Birchermüesli mit Haferflockli, Milch, Joghurt, Beeren, Bananen & Apfel | Apfel- & Orangenschnitzli Brot | Brot mit Kräuterfrischkäse, Mandarinli & 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