

Menüplan Mittagessen Spitex

| KW 30 | Vollkost Spitex | Leichte Vollkost Spitex | Vegetarisch Spitex | Wochenhit Spitex |
|---------------------|--|---|---|--|
| Mo 22.07. | Rüeblicremesuppe ^{V,L} Pouletschenkelsteak gebraten ^B Kräuterbutter ^{V,O,L,Sch} Bratkartoffeln ^V Mediterranes Ofengemüse ^V Eisbergsalat ^V | Rüeblicremesuppe ^{V,L} Rinds-Frikadellen ^{Sch} Tomatensugo ^V Spiralen ^{V,G} Stangensellerie gedünstet ^{V,C} Eisbergsalat ^V | Rüeblicremesuppe ^{V,L} Rösti-Pick mit Kräuterquark ^{V,O,L} Tomatensugo ^V Eisbergsalat ^V | Rüeblicremesuppe ^{V,L} Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Eisbergsalat ^V |
| Di 23.07. | Gemüse-Bouillon Pflanzerart ^V Lachstranche gebraten ^F Safransauce ^{V,L} Venere-Reis Blattspinat ^V Kopfsalat ^V | Gemüse-Bouillon Pflanzerart ^V Kalbgeschnetzeltes an Rahmsauce ^{L,Sch} Spätzli ^{V,O,G} Gedünstete Bohnen ^V Kopfsalat ^V | Gemüse-Bouillon Pflanzerart ^V Spätzli- Gemüsepfanne ^{V,O,L,G} Blattsalat mit Ei ^{V,O} | Gemüse-Bouillon Pflanzerart ^V Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Kopfsalat ^V |
| Mi 24.07. | Kartoffelcremesuppe ^{V,L} Rindsragout mit Röstgemüse ^{Sch} Polenta Bramata ^{V,L} Gebratene Zucchetti ^V Schnittsalat ^V | Kartoffelcremesuppe ^{V,L} Gebratene Pouletbrust ^M Petersiliensauce ^{V,L} Couscous ^{V,G} Blumenkohlrösli ^V Schnittsalat ^V | Kartoffelcremesuppe ^{V,L} Kichererbsen Stroganoff ^{V,L,Sch} Couscous ^{V,G} Blumenkohlrösli ^V Schnittsalat ^V | Kartoffelcremesuppe ^{V,L} Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Schnittsalat ^V |
| Do 25.07. | Süss-Maiscremesuppe ^{V,L} Schweinschnitzel Braune Rahmsauce ^{V,L} Nudeln ^{V,G} Glasierte Karotten ^V Endivien-Salat ^V | Süss-Maiscremesuppe ^{V,L} Glasierter Kalbshohrücken ^M Balsamico-Jus ^{V,Sch} Kartoffelstock ^{V,L} Knackerbsen ^V Endivien-Salat ^V | Süss-Maiscremesuppe ^{V,L} Gemüsecremelloni überbacken ^{L,G} Endivien-Salat ^V | Süss-Maiscremesuppe ^{V,L} Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Endivien-Salat ^V |
| Fr 26.07. | Zucchettisuppe ^{V,L} Lammierstück gebraten Salsa Chimichurri ^{Sch} Rösti ^V Tomate überbacken ^{V,L,G} Mischsalat ^V | Zucchettisuppe ^{V,L} Gebratenes Felchenfilet ^F Tomaten-Couli ^V Bulgur ^{V,G} Fenchel-Orangen- Gemüse ^V Mischsalat ^V | Zucchettisuppe ^{V,L} Tofu-Rollgersten- Bällchen ^{V,G,B} Tomaten-Couli ^V Bulgur ^{V,G} Fenchel-Orangen- Gemüse ^V Mischsalat ^V | Zucchettisuppe ^{V,L} Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Mischsalat ^V |
| Sa 27.07. | Geröstete Griesssuppe ^{V,L,G} Kalbs-Adrio Bratenjus ^V Tomatennudeln ^{V,O,G} Broccolirösli mit Mandeln ^{V,L,N} Lollo-Salat ^V | Geröstete Griesssuppe ^{V,L,G} Rinds-Huftschnitzel gebraten Bratenjus ^V Tomatennudeln ^{V,O,G} Gedämpfte Broccolirösli ^V Lollo-Salat ^V | Geröstete Griesssuppe ^{V,L,G} Panierte Quorn- Plätzchen ^{V,O,G} Sauerrahm-Dip ^{V,L} Tomatennudeln ^{V,O,G} Broccolirösli mit Mandeln ^{V,L,N} Lollo-Salat ^V | Geröstete Griesssuppe ^{V,L,G} Fisch-Knusperli ^{O,L,G,B,M,C,F} Tatarensauce ^{V,O,L,M,Sch} Salzkartoffeln ^V Rahmspinat ^{V,L} Lollo-Salat ^V |

Die Bestellungen müssen spätestens am Mittwoch abgegeben werden.

Vorspeise: Suppe und/oder Salat möglich → bitte ankreuzen!

Bitte Essen 24 Stunden vor Auslieferung abbestellen.

Rufen Sie in der Spitex an, sonst wird es verrechnet – danke.

* Mahlzeiten vom Sonntag werden am Samstag kalt ausgeliefert

Mahlzeitendienst Spitex Horgen-Oberrieden Tel. 043 244 26 29