



SPEISEPLAN LEICHT & FIT



ECKERT
CATERING



07.10. - 13.10.2024

KW 41	Montag 07.10.	Dienstag 08.10.	Mittwoch 09.10.	Donnerstag 10.10.	Freitag 11.10.	Samstag 12.10.	Sonntag 13.10.
Menü 1	Kabeljau Fischfilet auf Erbsen - Selleriepüree	Gulasch vom Feld in Rosmarinsoße mit Salzkartoffeln	Hähnchenbrust mit fruchtiger Soße und Vollkornreis	Kürbis - Hackpfanne vom Feld mit Zartweizen			
Gemüse	Paprika Gemüsemais	Kürbis Champignons	Blattspinat Gurkengemüse	Blumenkohl Wokgemüse			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten



SPEISEPLAN LEICHT & FIT



ECKERT
CATERING



14.10. - 20.10.2024

KW 42	Montag 14.10.	Dienstag 15.10.	Mittwoch 16.10.	Donnerstag 17.10.	Freitag 18.10.	Samstag 19.10.	Sonntag 20.10.
Menü 1	Hähnchenstreifen auf Quinoasalat mit Tomate, Salatgurke und Kürbiskernen	Tomatisiertes Linsen - Gemüseragout auf Reismudeln	Bunte Gemüsefrittata mit Zucchini und Paprika, dazu Kartoffeln	Bowl wahlweise mit Forellenfilet o. vegan: mit Weizenbulgur, Salat, Gemüse, Weintrauben, Sesamsoße und grösteten Nüssen			
Gemüse	Kohlrabi Gemüsemais	Schwarzwurzel Bohnen	Mischgemüse	Frisches Gemüse			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten



SPEISEPLAN LEICHT & FIT



ECKERT
CATERING



21.10. - 27.10.2024

KW 43	Montag 21.10.	Dienstag 22.10.	Mittwoch 23.10.	Donnerstag 24.10.	Freitag 25.10.	Samstag 26.10.	Sonntag 27.10.
Menü 1	Kap - Seehechtfilet auf Grünkohl - Linsenragout	Lauwarmer mediterraner Ofen - Gemüsesalat - vegetarisch o. mit Pute - Kartoffeln und Kräuterquark	Herbstlicher Blattsalat mit Hähnchen, Birne, Kürbis, Nüssen und Vollkornbaguette	Überbackenes Tomaten Zucchini Gemüse mit frischem Basilikum auf Couscous			
Gemüse	Blumenkohl Brokkoli	Gurkengemüse	Mischgemüse Kürbis	Erbsen Frischer Sellerie			

Kennzeichnungspflichtige Stoffe siehe Aushang

Änderungen vorbehalten