

Menüplan für Kalenderwoche: 09

28. Februar bis 04. März 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in Peperonisauce, dazu Hörnli

Hausgemachtes Apfelmus



Rohkostteller

Karottensalat

Pouletsaftbraten in Schmorsauce, dazu Polenta und grüne Bohnen

-



Rohkostteller

-

Zucchini-Dinkel-Kernotto mit Mascarpone und Grana Padano

Naturejoghurt mit Banane & Vanille



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & Croutons

Rindsgeschnetzeltes in Senfsauce mit Kartoffelstock und Rüeblli

-



Rohkostteller

Tomatensuppe

Ravioli* gefüllt mit Ratatouille, dazu Erbsenrahmsauce und Reibkäse

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Fruchtsalat

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen-Aufstrich mit Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Peperoni-Quarkaufstrich mit Blevita

Früchte & Gemüse der Saison

Mozzarella-Gemügestick

Menüplan für Kalenderwoche: 10

07. März bis 11. März 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Linsensuppe

Kartoffel-Gemüserösti mit
Bergkäse überbacken

-



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Pilzrahmsauce mit und
Gemüsebulgur

Magerquark mit Orange & Zimt



Rohkostteller

Gurkensalat

Vollkornspaghetti mit Sauce
Bolognese & Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Karotten-Hirsepufer mit
Kräuterquark & kleinen
Ofenkartoffeln

Griessbrei mit Kirschen



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit French
Dressing & gepufftem Amaranth

Seelachsfilet* mit einer Tomaten-
Mozzarellakruste, dazu Tomaten-
Erbsen-Reis

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Eiwich

Früchte & Gemüse der Saison

Gemüsefächer

Früchte & Gemüse der Saison

Quarkmuffins

Früchte & Gemüse der Saison

Gurken-Feta-Spiessli

Menüplan für Kalenderwoche: 11

14. März bis 18. März 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Kokos-
Joghurdressing & gerösteten
Sonnenblumenkernen

Pouletbrätkügel in Bratensauce,
dazu Gemüse-Ebly

-



Rohkostteller

Karottensuppe

Vollkorn Fusilli mit 5-Pi Sauce,
Broccoli & Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Curry mit roten Linsen und
buntem Gemüse, dazu
Basmatireis

Beerenkompott mit veganer
Vanillesauce



Rohkostteller

Maissalat mit Frenchdressing &
Kräutern

Schweinsragout in Balsamicojus,
hausgemachte Dinkelspätzli und
Rüebli

-



Rohkostteller

-

Chili sin carne mit Kräuter-
Couscous

Naturejoghurt mit Rhabarber

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Käse-Apfel-Zauberstab

Früchte & Gemüse der Saison

Knusprige Gemüsestangen

Früchte & Gemüse der Saison

Rawnola mit Joghurt und
saisonalen Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Eier-Tomaten-Fliegenpilz mit
Blevita

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Karottenmuffin

Menüplan für Kalenderwoche: 12

21. März bis 25. März 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Gemüserahmsauce und Polenta

Magerquark mit Zwetschge



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf
Dressing & Kräutern

Lachs-Gurkenragout in
Dillrahmsauce, dazu
Salzkartoffeln

-



Rohkostteller

Erbsensuppe

Rüebli-Risotto mit Mascarpone &
Grana Padano

-



Rohkostteller

-

Tofu-Kräuter-Picatta* mit
Tomatensauce und
Gemüse-Bulgur

Frischer Fruchtsalat mit Kiwi &
Orange



Rohkostteller

Cole Slaw

Rindfleisch-Lasagne mit Sauce
Bechamel und Mozzarella
überbacken

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzabrötchen

Früchte & Gemüse der Saison

Orangencreme mit Quark und
Joghurt, Zwieback

Früchte & Gemüse der Saison

Birchermüesli mit Joghurt und
Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Maiswaffeln mit Hüttenkäse und
Rüeblistängeli

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Menüplan für Kalenderwoche: 13

28. März bis 01. April 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Sellerie-Apfelsalat

Rindfleisch-Gemüse Curry mit Reis

-



Rohkostteller

-

Schupfnudeln* mit Tomatensauce und Rahmwirz

Schoggi-Milchreis



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & gerösteten Kernen

Bündner Gerstensuppe mit Pouletwienerli & Ruchbrot

-



Rohkostteller

Spargelsuppe

Vegi-Gehacktes mit Hörnli, Broccoli und Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Kartoffel-Süßkartoffel-Lauchgratin mit Bergkäse überbacken

Naturejoghurt mit Birnenmus

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Maiswaffel-Karotten-Randen Schmetterling

Früchte & Gemüse der Saison

Fruchtsalat mit saisonalen Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen-Aufstrich mit Vollkronbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Peperoni-Quarkaufstrich mit Blevita

Menüplan für Kalenderwoche: 14

04. April bis 08. April 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Vollkornpenne mit
Linsenbolognese und Reibkäse

Magerquark mit Erdbeeren



Rohkostteller

Randensalat mit Birne

Pouletragout in Bratensauce mit
Ebly und Bohnen

-



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeletes "Zürcher
Art" mit Rösti und Rüepli

Hausgemachtes Birchermüsli



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit French
Dressing & gerösteten Leinsamen

Fischstäbli* mit Rahmspinat und
Salzkartoffeln

-



Rohkostteller

Kichererbsen-Kokossuppe

Risotto mit grünem Spargel,
Mascarpone und Grana Padano

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Häslihüpf-Aufstrich

Früchte & Gemüse der Saison

Käsehasen mit Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Birchermüesli mit Joghurt und
Früchte der Saison

Früchte & Gemüse der Saison

Pizza Brötchen

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Menüplan für Kalenderwoche: 15

11. April bis 15. April 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Karfreitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Maissuppe

Bunte Reis-Gemüsepfanne mit Tofu und Ei

-



Rohkostteller

-

Schmetterlingsnudeln mit Erbsen-Tomatenrahmsauce und Reibkäse

Vanillepudding



Rohkostteller

Grüner Bohnensalat

Rindfleischvogel mit Schmorsauce, Rotkohl und Kartoffelstock

-



Rohkostteller

-

Randenrisotto mit Mascarpone und Grana Padano

Naturejoghurt mit Waldbeeren



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf Dressing & gerösteten Kürbiskernen

Pouletsteak in Bratensauce, Peperonata und Polenta

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Orangencreme mit Quark und Joghurt, Zwieback

Früchte & Gemüse der Saison

Hasenmüseli

Früchte & Gemüse der Saison

Osterhasen-Waffeln

Früchte & Gemüse der Saison

Zopfteighäslì

Früchte & Gemüse der Saison

Fruchtsalat mit saisonalen Früchten

Menüplan für Kalenderwoche: 16

18. April bis 22. April 2022



TAVOLA
by FIORINO

Ostermontag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller ***** Bunter Blattsalat mit French Dressing & gepufftem Amaranth ***** Seelachsfilet* mit einer Tomaten-Mozzarellakruste, dazu Tomaten-Erbсен-Reis ***** -	 Rohkostteller ***** Linsensuppe ***** Kartoffel-Gemüserösti mit Bergkäse überbacken ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Vegi-Geschnetzeltes in Pilzrahmsauce mit und Gemüsebulgur ***** Magerquark mit Orange & Zimt	 Rohkostteller ***** Gurkensalat ***** Vollkornspaghetti mit Sauce Bolognese & Reibkäse ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Karotten-Hirsepufer mit Kräuterquark & kleinen Ofenkartoffeln ***** Griessbrei mit Kirschen
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison ***** Gurken-Feta-Spiessli	Früchte & Gemüse der Saison ***** Apfel-Zimt-Schnecken	Früchte & Gemüse der Saison ***** Eiwich	Früchte & Gemüse der Saison ***** Gemüsefächer	Früchte & Gemüse der Saison ***** Quarkmuffins

Menüplan für Kalenderwoche: 17

25. April bis 29. April 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Chili sin carne mit Kräuter-Couscous

Naturejoghurt mit Rhabarber



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Kokos-Joghurtdressing & gerösteten Sonnenblumenkernen

Pouletbrätkugeli in Bratensauce, dazu Gemüse-Ebly

-



Rohkostteller

Karottensuppe

Vollkorn Fusilli mit 5-Pi Sauce, Broccoli & Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Curry mit roten Linsen und buntem Gemüse, dazu Basmatireis

Beerenkompott mit veganer Vanillesauce



Rohkostteller

Maissalat mit Frenchdressing & Kräutern

Schweinsragout in Balsamicojus, hausgemachte Dinkelspätzli und Rüeblli

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Karottenmuffin

Früchte & Gemüse der Saison

Käse-Apfel-Zauberstab

Früchte & Gemüse der Saison

Knusprige Gemüsestangen

Früchte & Gemüse der Saison

Rawnola mit Joghurt und saisonalen Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Eier-Tomaten-Fliegenpilz mit Blevita

Menüplan für Kalenderwoche: 18

02. Mai bis 06. Mai 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Cole Slaw

Rindfleisch-Lasagne mit Sauce
Bechamel und Mozzarella
überbacken

-



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Gemüserahmsauce und Polenta

Magerquark mit Zwetschge



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf
Dressing & Kräutern

Lachs-Gurkenragout in
Dillrahmsauce, dazu
Salzkartoffeln

-



Rohkostteller

Erbsensuppe

Rüebli-Risotto mit Mascarpone &
Grana Padano

-



Rohkostteller

-

Tofu-Kräuter-Picatta* mit
Tomatensauce und
Gemüse-Bulgur

Frischer Fruchtsalat mit Kiwi &
Orange

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzabrötchen

Früchte & Gemüse der Saison

Orangencreme mit Quark und
Joghurt, Zwieback

Früchte & Gemüse der Saison

Birchermüesli mit Joghurt und
Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Maiswaffeln mit Hüttenkäse und
Rüeblistängeli

Menüplan für Kalenderwoche: 19

09. Mai bis 13. Mai 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Kartoffel-Süßkartoffel-
Lauchgratin mit Bergkäse
überbacken

Naturejoghurt mit Birnenmus



Rohkostteller

Sellerie-Apfelsalat

Rindfleisch-Gemüse Curry mit
Reis

-



Rohkostteller

-

Schupfnudeln* mit Tomatensauce
und Rahmwirz

Schoggi-Milchreis



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian
Dressing & gerösteten Kernen

Bündner Gerstensuppe mit
Pouletwienerli & Ruchbrot

-



Rohkostteller

Spargelsuppe

Vegi-Gehacktes mit Hörnli,
Broccoli und Reibkäse

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Peperoni-Quarkaufstrich mit
Blevita

Früchte & Gemüse der Saison

Maiswaffel-Karotten-Randen
Schmetterling

Früchte & Gemüse der Saison

Fruchtsalat mit saisonalen
Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen-Aufstrich mit
Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison






Knäckebrot mit Kräuterdipp

Menüplan für Kalenderwoche: 20

16. Mai bis 20. Mai 2022



TAVOLA
by FIORINO






Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****
Kichererbsen-Kokossuppe *****	- *****	Randensalat mit Birne *****	- *****	Bunter Blattsalat mit French Dressing & gerösteten Leinsamen *****
Risotto mit grünem Spargel, Mascarpone und Grana Padano *****	Vollkornpenne mit Linsenbolognese und Reibkäse *****	Pouletragout in Bratensauce mit Ebly und Bohnen *****	Vegi-Geschnetzeletes "Zürcher Art" mit Röstli und Rüebl *****	Fischstäbli* mit Rahmspinat und Salzkartoffeln *****
-	Magerquark mit Erdbeeren	-	Hausgemachtes Birchermüsli	-
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****
Apfel-Zimt-Schnecken	Karotten-Frischkäsedip mit Blevita (Häslihüpf Aufstrich Rezept)	Käsehasen mit Vollkornbrot	Birchermüsli mit Joghurt und Früchte der Saison	Pizza Brötchen

Menüplan für Kalenderwoche: 21

23. Mai bis 27. Mai 2022



TAVOLA
by FIORINO

Montag	Dienstag	Mittwoch	Auffahrt	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller ***** Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & Croutons ***** Rindsgeschnetzeltes in Senfsauce, Kartoffelstock und Rüeblli ***** -	 Rohkostteller ***** Tomatensuppe ***** Ravioli* gefüllt mit Ratatouille, dazu Erbsenrahmsauce & Reibkäse ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Vegi-Geschnetzeltes in Peperonisauce, dazu Hörnli ***** Hausgemachtes Apfelmus	 Rohkostteller ***** Karottensalat ***** Pouletsaftbraten in Schmorsauce, dazu Polenta und grüne Bohnen ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Zucchini-Dinkel-Kernotto mit Mascarpone und Grana Padano ***** Naturejoghurt mit Banane & Vanille
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison ***** Peperoni-Quarkaufstrich mit Blevita	Früchte & Gemüse der Saison ***** Mozzarella-Gemügesticks	Früchte & Gemüse der Saison ***** Fruchtsalat mit saisonalen Früchten	Früchte & Gemüse der Saison ***** Apfel-Birnen-Aufstrich mit Vollkronbrot	Früchte & Gemüse der Saison ***** Knäckebrot mit Kräuterdipp

FIORINO ZMORGE

Brot	Vollkornbrot (je nach Angebot des Bäckers vor Ort)	täglich
Molkerieprodukte	Butter, Milch, Streichkäse, Nature Joghurt	täglich
Cerealien	Haferflöckli als Grundelement z.B. Birchermüesli, Haferflocken mit Milch oder Joghurt und frischen Früchten. Immer ohne Zucker!	max. 3x pro Woche
diverses	1 Konfitüre, 1 Honig	täglich

ZNÜNI & ZVIERI

Gesamt 2-3 Komponente aus Früchte & Gemüse	GEMÄSS SAISONKALENDER VON FOURCHETTE VERTE - Wenn möglich immer Früchte & Gemüse aus der Schweiz Von Oktober - Juni darf auf Südfrüchte & Exoten zurückgegriffen werden. (z.B. Bananen, Ananas, Mango)	
-------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

ROHKOSTTELLER ZUM MITTAG

Beispiele Frühling	Karotten-Radiesli, Gurken-Kohlrabi, Karotten-Chicorée
Beispiele Sommer	Fenchel-Peperoni, Rettich-Karotten, Stangensellerie-Tomaten
Beispiele Herbst	Gurken-Kohlrabi, Peperoni-Stangensellerie, Endivien-Karotten
Beispiele Winter	Chicorée-Karotten, Gurken-Fenchel, Kohlrabi-Pfälzerkarotten

LEBENSMITTELDEKLARATION, ZUTATEN & ALLERGENE

Fleisch & Geflügel	Schweiz
Fisch	Für detaillierte Informationen wenden Sie sich bitte an die Küche.
Zutaten & Allergene	siehe Extrablatt "Zutaten & Allergene"