

Menüplan für Kalenderwoche: 10

04. März bis 08. März 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Tofuwürfel in Peperonisauce mit Hörnli & Broccoli

Hausgemachtes Apfelmus



Rohkostteller

Karottensalat

Pouletsaftbraten in Schmorsauce mit Polenta und grünen Bohnen

-



Rohkostteller

-

Zucchetti-Risotto mit Mascarpone und Grana Padano

Naturejoghurt mit Banane & Vanille



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & Croutons

Rindsgeschnetzeltes in Senfsauce mit Kartoffelstock und Rüebl

-



Rohkostteller

Linsen-Gemüsesuppe

Ravioli* gefüllt mit Ratatouille, dazu Erbsen-Tomatenrahmsauce und Reibkäse

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Zwieback mit Butter

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen- Joghurt mit Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Einfache Dinkelstangen

Früchte & Gemüse der Saison

Mozzarella-Gemügestick

Menüplan für Kalenderwoche: 11

11. März bis 15. März 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Erbsensuppe

Kartoffelrösti mit Mozzarella
überbacken & Rahmlauch

-



Rohkostteller

-

Vegi-Balls in Rahmsauce mit Mais-
Couscous & Rüeblli

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 Reis und
Erbsen

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Eierbrötli

Früchte & Gemüse der Saison

Quarkmuffins

Früchte & Gemüse der Saison

Gemüsewrap

Früchte & Gemüse der Saison

Gurken-Hartkäse-Spiessli

Menüplan für Kalenderwoche: 12

18. März bis 22. März 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Kokos-
Joghurtdressing & gerösteten
Sonnenblumenkernen

Pouletbratkügel 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

Süsmost-Quarkcreme



Rohkostteller

Maissalat mit 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

Müesli mit Joghurt und
saisonalen Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Knusprige Gemüsestangen

Früchte & Gemüse der Saison

Blevita mit Ei & Tomate

Früchte & Gemüse der Saison

Gesunder Rüeblikuchen

Menüplan für Kalenderwoche: 13

25. März bis 29. März 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Karfreitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Kräuterjus mit Polenta & Rüeбли

Magerquark mit Zwetschge



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf
Dressing & Kräutern

Zanderknusperli mit
Kräuterquark, Salzkartoffeln &
Blattspinat

-



Rohkostteller

Spargelsuppe

Tofu-Kräuter-Picatta* mit
Tomatensauce und
Bulgur

-



Rohkostteller

-

Rüeбли-Risotto mit Mascarpone &
Grana Padano

Frischer Fruchtsalat mit Kiwi &
Orange



Rohkostteller

Cole Slaw

Rindfleisch-Lasagne mit Sauce
Bechamel und Mozzarella
überbacken

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzaschnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Häsli-Hüpf-Aufstrich

Früchte & Gemüse der Saison

Birchermüesli mit Jogurt und
Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Zopfteig-Häsli

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Menüplan für Kalenderwoche: 14

01. April bis 05. April 2024



TAVOLA
by FIORINO

Ostermontag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller ***** Randensalat ***** Rindfleisch-Gemüse Curry mit Reis ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Schupfnudeln* mit Tomatensauce und Rahmwirz ***** Griessbrei mit Apfelmus	 Rohkostteller ***** Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & gerösteten Kernen ***** Bündner Gerstensuppe mit Pouletwienerli & Ruchbrot ***** -	 Rohkostteller ***** Tomatensuppe ***** Vegi-Gehacktes mit Hörnli, Broccoli und Reibkäse ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Kartoffel-Gratin mit Mozzarella überbacken, dazu Lauchgemüse ***** Naturejoghurt mit Birnenmus
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison ***** Maiswaffeln mit Frischkäse und Rüeblli	Früchte & Gemüse der Saison ***** Osterhasenwaffeln	Früchte & Gemüse der Saison ***** Knäckebrot mit Kräuterdipp	Früchte & Gemüse der Saison ***** Apfel-Birnen Joghurt	Früchte & Gemüse der Saison ***** Peperoni-Quarkaufstrich mit Blevita

Menüplan für Kalenderwoche: 15

08. April bis 12. April 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Maccheroni mit Linsenbolognese
und Reibkäse

Magerquark mit Erdbeeren



Rohkostteller

Tomatensalat

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

Maiswaffeln mit Hüttenkäse und
Rüeblistängeli

Früchte & Gemüse der Saison

Quark-Käse-Cake

Früchte & Gemüse der Saison

Gemüsewrap

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzaschnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Birchermüsli mit Joghurt und
Früchte der Saison

Menüplan für Kalenderwoche: 16

15. April bis 19. April 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Maissuppe

Gnocchi* mit Erbsen-
Tomatenrahmsauce und Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Randenrisotto mit Mascarpone
und Grana Padano

Vanillepudding



Rohkostteller

Grüner Bohnensalat

Rindfleischvogel mit
Schmorsauce, Rotkohl und
Kartoffelstock

-



Rohkostteller

-

Gebatener Reis mit Ei & Tofu,
dazu Kokos-Gemüsecurry

Naturejoghurt mit Waldbeeren



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf
Dressing & gerösteten
Kürbiskernen

Pouletsteak in Bratensauce mit
Polenta & Peperonata

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Vanillejoghurt mit Zwieback

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Gesunder Rüebl Kuchen

Früchte & Gemüse der Saison

Käse-Apfel Zauberstab

Früchte & Gemüse der Saison

Zwieback mit Butter

Menüplan für Kalenderwoche: 17

22. April bis 26. April 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

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 Reis und Erbsen

-



Rohkostteller

Erbsensuppe

Kartoffelrösti mit Mozzarella überbacken & Rahmlauch

-



Rohkostteller

-

Vegi-Balls in Rahmsauce mit Mais-Couscous & Rüeblli

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-Hartkäse-Spiessli

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Zimt-Schnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Eierbrötli

Früchte & Gemüse der Saison

Quarkmuffins

Früchte & Gemüse der Saison

Gemüsewrap

Menüplan für Kalenderwoche: 18

29. April bis 03. Mai 2024



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-
Joghurdressing & gerösteten
Sonnenblumenkernen

Pouletbratkugeli 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

Süssmost-Quarkcreme



Rohkostteller

Maissalat mit Kräutern

Schweinsragout in Balsamicojus,
hausgemachte Dinkespätzli und
Rüebli

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Gesunder Rüeblikuchen

Früchte & Gemüse der Saison

Käse-Apfel-Zauberstab

Früchte & Gemüse der Saison

Müesli mit Joghurt und
saisonalen Früchten

Früchte & Gemüse der Saison

Knusprige Gemüsestangen

Früchte & Gemüse der Saison

Blevita mit Ei & Tomate

Menüplan für Kalenderwoche: 19

06. Mai bis 10. Mai 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag	Dienstag	Mittwoch	Auffahrt	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****
Cole Slaw *****	- *****	Bunter Blattsalat mit Birnel-Senf Dressing & Kräutern *****	Spargelsuppe *****	- *****
Rindfleisch-Lasagne mit Sauce Bechamel und Mozzarella überbacken *****	Vegi-Geschnetzeltes in Kräuterjus mit Polenta & Rüebl *****	Zanderknusperli mit Kräuterquark, Salzkartoffeln & Blattspinat *****	Tofu-Kräuter-Picatta* mit Tomatensauce und Bulgur *****	Rüebl-Risotto mit Mascarpone & Grana Padano *****
- *****	Magerquark mit Zwetschge *****	- *****	- *****	Frischer Fruchtsalat mit Kiwi & Orange *****
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****
Apfel-Zimt-Schnecken	Pizzaschnecken	Häsli-Hüpf-Aufstrich	Birchermüesli mit Jogurt und Früchten	Zopfteig-Häsli

Menüplan für Kalenderwoche: 20

13. Mai bis 17. Mai 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Kartoffel-Gratin mit Mozzarella überbacken, dazu Lauchgemüse

Naturejoghurt mit Birnenmus



Rohkostteller

Randensalat

Rindfleisch-Gemüse Curry mit Reis

-



Rohkostteller

-

Schupfnudeln* mit Tomatensauce und Rahmwirz

Griessbrei mit Apfelmus



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & gerösteten Kernen

Bündner Gerstensuppe mit Pouletwienerli & Ruchbrot

-



Rohkostteller

Tomatensuppe

Vegi-Gehacktes mit Hörnli, Broccoli und Reibkäse

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Peperoni-Quarkaufstrich mit Blevita

Früchte & Gemüse der Saison

Maiswaffeln mit Frischkäse und Rüeblli

Früchte & Gemüse der Saison

Osterhasenwaffeln

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen Joghurt

Menüplan für Kalenderwoche: 21

20. Mai bis 24. Mai 2024



TAVOLA
by FIORINO

Pfingstmontag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Kichererbsen-Kokossuppe

**Risotto mit grünem Spargel,
Mascarpone und Grana Padano**

-



Rohkostteller

-

**Maccheroni mit Linsenbolognese
und Reibkäse**

Magerquark mit Erdbeeren



Rohkostteller

Tomatensalat

**Pouletragout in Bratensauce mit
Ebly und Bohnen**

-



Rohkostteller

-

**Vegi-Geschnetzeletes "Zürcher
Art" mit Röstli und Rüepli**

Hausgemachtes Birchermüsli



Rohkostteller

**Bunter Blattsalat mit French
Dressing & gerösteten Leinsamen**

**Fischstäbli* mit Rahmspinat und
Salzkartoffeln**

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

**Birchermüsli mit Joghurt und
Früchte der Saison**

Früchte & Gemüse der Saison

**Maiswaffeln mit Hüttenkäse und
Rüeblistängeli**

Früchte & Gemüse der Saison

Quark-Käse-Cake

Früchte & Gemüse der Saison

Gemüsewrap

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzaschnecken

Menüplan für Kalenderwoche: 22

27. Mai bis 31. Mai 2024



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Italian Dressing & Croutons

Rindsgeschnetzeltes in Senfsauce mit Kartoffelstock und Rüeblli

-



Rohkostteller

Linse-Gemüsesuppe

Ravioli* gefüllt mit Ratatouille, dazu Erbsen-Tomatenrahmsauce und Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Tofuwürfel in Peperonisauce mit Hörnli & Broccoli

Hausgemachtes Apfelmus



Rohkostteller

Karottensalat

Pouletsaftbraten in Schmorsauce mit Polenta und grünen Bohnen

-



Rohkostteller

-

Zucchetti-Risotto mit Mascarpone und Grana Padano

Naturejoghurt mit Banane & Vanille

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Einfache Dinkelstangen

Früchte & Gemüse der Saison

Mozzarella-Gemügestick

Früchte & Gemüse der Saison

Zwieback mit Butter

Früchte & Gemüse der Saison

Apfel-Birnen- Joghurt mit Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Kräuterdipp