

Menüplan für Kalenderwoche: 35

28. August bis 01. September 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Kräuterjus mit Bulgur & Kohlrabi

Hausgemachtes Apfelmus
mit Zimt



Rohkostteller

Cole Slaw

Chili con carne mit Reis

-



Rohkostteller

-

Rösti mit Mozzarella &
Rahmlauch

Magerquark mit Himbeeren



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Kräutern
und French Dressing

Pouletsaftbraten mit Rahmsauce,
zweierlei Rüeblì & Polenta

-



Rohkostteller

Kürbissuppe

Süßkartoffelgnocchi* mit
Tomaten-Linsensauce & Reibkäse

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Hafermilch

Früchte & Gemüse der Saison

Belegte Brote (Frischkäse, Ei,
Essiggurken)

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzaschnecken

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Zwetschgen Müesli

Früchte & Gemüse der Saison




Wrap mit Frischkäse und Gemüse

Menüplan für Kalenderwoche: 36

04. September bis 08. September 2023



TAVOLA
by FIORINO




Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****
Blumenkohlsuppe *****	- *****	Curry-Kürbissalat *****	- *****	Bunter Blattsalat mit gerösteten Leinsamen und Italian Dressing *****
Lasagne mit Vegi-Bolognese und Mozzarella *****	Buntes Gemüse in einer Linsen- Curry-Sauce mit Basmatireis *****	Pouletschenkelsteak mit Peperonirahmsauce & Mais- Couscous *****	Vollkorn-Fusilli mit Auberginen-Tomatensauce & Reibkäse *****	Fischstäbli* mit Kräuterquark, Rahmspinat und Salzkartoffeln *****
-	Fruchtsalat	-	Naturejoghurt mit Zwetschgen	-
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****
Naturejoghurt mit püriertem Pfirsich	Vollkornbrot mit Hüttenkäse und Oliven	Zwieback mit Butter	Frischkäse-Gurkenwrap	Zwetschgenfladen

Menüplan für Kalenderwoche: 37

11. September bis 15. September 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****	 Rohkostteller *****
Bunter Blattsalat mit gehacktem Ei & Kürbiskernöldressing *****	Broccolisuppe *****	- *****	Tomatensalat mit frischem Basilikum *****	- *****
Pouletragout in Bratensauce mit Hörnli & Rüebl *****	Vegi-Geschnetzeltes "Zürcher Art" mit Rösti & Butterbohnen *****	Vegi-Bratwursträdli* in Zwiebelsauce & Gemüse-Ebly *****	Bündner Gerstensuppe mit Poulet-Wienerli und Brot *****	Tomatenrisotto mit Mascarpone & Grana Padano *****
- *****	- *****	Griessbrei mit Beerenkompott *****	- *****	Magerquark mit Quitte *****
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****	Früchte & Gemüse der Saison *****
Trauben-Käsespiess mit Vollkornbrot	Knäckebrot mit Quarkdipp	Herbstlicher Fruchtsalat	Naturejoghurt mit Zwetschenstückli	Vollkornbrot mit Eieraufstrich

Menüplan für Kalenderwoche: 38

18. September bis 22. September 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Kartoffel-Gratin mit Mozzarella & Karotten

Schokoladenpudding mit Vanillesauce



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gerösteten Sonnenblumenkernen & Birnel-Senf-Dressing

Egli-Knusperli mit Kräuterdipp mit Reis & Erbsen

-



Rohkostteller

Gemüse-Linsensuppe

Vollkorn-Spaghetti mit 5-Pi Sauce & Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Tofu-Kräuterpicatta* mit Tomatensauce und Ebly

Naturejoghurt mit Pfirsich



Rohkostteller

Gurkensalat

Schweinsragout in Balsamicojus, Dinkelspätzli & Blumenkohl

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Cherrytomaten, Gurken, Radieschen mit Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Blechkuchen mit Zwetschgen

Früchte & Gemüse der Saison

Knuspermüesli mit Nature Joghurt

Früchte & Gemüse der Saison

Peperoni-Käsebrötchen

Früchte & Gemüse der Saison

Vollkorn Bruschetta

Menüplan für Kalenderwoche: 39

25. September bis 29. September 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Karottensalat

Geflügel-Fleischkäse an
Bratensauce, geröstete
Ofenkartoffeln & Bohnen

-



Rohkostteller

-

Vegi-Balls* in Tomatensauce,
Polenta & Kürbis

Hausgemachtes Birnenmus mit
Vanille



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gerösteten
Kürbiskernen und Frenchdressing

Maccheroni mit Bolognese,
Broccoli & Reibkäse

-



Rohkostteller

Tomatensuppe

Schwarzwurzelrisotto mit
Mascarpone & Grana Padano

-



Rohkostteller

-

Karotten-Hirsepuffer mit
Kräuterdipp, dazu Kartoffelsalat

Magerquark mit Kirschen

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Bananen-Milch mit Knäckebrötchen

Früchte & Gemüse der Saison

Belegte Brote
(Frischkäse, Ei, Eissiggurken)

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Hafermilch

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrötchen mit Quarkdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Apfelmus mit Maiswaffeln

Menüplan für Kalenderwoche: 40

02. Oktober bis 06. Oktober 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller ***** - ***** Schmetterlingsnudeln mit Kichererbsen-Tomatensauce & Reibkäse ***** Vanillepudding	 Rohkostteller ***** Randensalat ***** Rinds-Meatballs in Senfrahmsauce, dazu Ebly & Karotten ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Freilandrühreier mit Salzkartoffeln & Rahmspinat ***** Marroni-Orangen-Joghurt	 Rohkostteller ***** Bunter Blattsalat mit gerösteten Kernen und Italian Dressing ***** Seelachsfilet mit Kräuterkruste* an Tomatenragout & Bulgur ***** -	 Rohkostteller ***** Süsskartoffelsuppe ***** Gebratener Eier-Reis mit Tofu dazu buntes Gemüse in Kokos- Currysauce ***** -
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison ***** Herbstlicher Fruchtsalat	Früchte & Gemüse der Saison ***** Zwetschgencreme mit Magerquark	Früchte & Gemüse der Saison ***** Trauben-Käsespiess mit Vollkornbrot	Früchte & Gemüse der Saison ***** Vollkornbrot mit Eieraufstrich	Früchte & Gemüse der Saison ***** Knäckebrot mit Quarkdipp

Menüplan für Kalenderwoche: 41

09. Oktober bis 13. Oktober 2023



TAVOLA
by **FIORINO**

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Marronicremesuppe

Kürbisrisotto mit Mascarpone & Grana Padano

-



Rohkostteller

-

Schupfnudeln* mit Erbsen-Tomatensauce & Reibkäse

Griessbrei mit Kirschkompott



Rohkostteller

Maissalat

Rindsragout in Schmorsauce, Hausgemachter Kartoffelstock & Rotkohl

-



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in Kräuterjus mit Polenta und Broccoli

Magerquark mit Birne & Vanille



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Croutons und Kürbiskernöldressing

Pouletragout in Kokos-Tomatensauce mit Hörnli

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Zwieback mit Butter

Früchte & Gemüse der Saison

Frischkäse-Gurken Wrap

Früchte & Gemüse der Saison

Zwetschgenfladen

Früchte & Gemüse der Saison

Vollkornbrot mit Hüttenkäse und Oliven

Früchte & Gemüse der Saison

Naturejoghurt mit Apfel

Menüplan für Kalenderwoche: 42

16. Oktober bis 20. Oktober 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gerösteten
Leinsamen und Italian Dressing

Fischstäbli* mit Kräuterquark,
Rahmspinat und Salzkartoffeln

-



Rohkostteller

Blumenkohlsuppe

Lasagne mit Vegi-Bolognese und
Mozzarella

-



Rohkostteller

-

Buntes Gemüse in einer Linsen-
Curry-Sauce mit Basmatireis

Fruchtsalat



Rohkostteller

Curry-Kürbissalat

Pouletschenkelsteak mit
Peperonirahmsauce & Mais-
Couscous

-



Rohkostteller

-

Vollkorn-Fusilli mit
Auberginen-Tomatensauce &
Reibkäse

Naturejoghurt mit Zwetschgen

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Zwetschgenfladen

Früchte & Gemüse der Saison

Naturejoghurt mit püriertem
Pfirsich

Früchte & Gemüse der Saison

Vollkornbrot mit Hüttenkäse und
Oliven

Früchte & Gemüse der Saison

Zwieback mit Butter

Früchte & Gemüse der Saison

Frischkäse-Gurkenwrap

Menüplan für Kalenderwoche: 43

23. Oktober bis 27. Oktober 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Tomatenrisotto mit Mascarpone
& Grana Padano

Magerquark mit Quitte



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gehacktem
Ei & Kürbiskernöldressing

Pouletragout in Bratensauce mit
Hörnli & Rüeбли

-



Rohkostteller

Brocolisuppe

Vegi-Geschnetzeltes "Zürcher
Art" mit Rösti & Butterbohnen

-



Rohkostteller

-

Vegi-Bratwurstädli* in
Zwiebelsauce & Gemüse-Ebly

Griessbrei mit Beerenkompott



Rohkostteller

Tomatensalat mit frischem
Basilikum

Bündner Gerstensuppe mit Poulet-
Wienerli und Brot

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Vollkornbrot mit Eiaufstrich

Früchte & Gemüse der Saison

Trauben-Käsespiess mit
Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrötchen mit Quarkdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Herbstlicher Fruchtsalat

Früchte & Gemüse der Saison

Naturejoghurt mit
Zwetschenstückli

Menüplan für Kalenderwoche: 44

30. Oktober bis 03. November 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag	Dienstag	Allerheiligen	Donnerstag	Freitag
FRÜHSTÜCK				
Fiorino Zmorge				
ZNÜNI				
Früchte & Gemüse der Saison				
MITTAG				
 Rohkostteller ***** Gurkensalat ***** Schweinsragout in Balsamicojus, Dinkelspätzli & Blumenkohl ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Kartoffel-Gratin mit Mozzarella & Karotten ***** Schokoladenpudding mit Vanillesauce	 Rohkostteller ***** Bunter Blattsalat mit gerösteten Sonnenblumenkernen & Birnel- Senf-Dressing ***** Egli-Knusperli mit Kräuterdipp mit Reis & Erbsen ***** -	 Rohkostteller ***** Gemüse-Linsensuppe ***** Vollkorn-Spaghetti mit 5-Pi Sauce & Reibkäse ***** -	 Rohkostteller ***** - ***** Tofu-Kräuterpicatta* mit Tomatensauce und Ebly ***** Naturejoghurt mit Pfirsich
ZVIERI				
Früchte & Gemüse der Saison ***** Vollkorn Bruschetta	Früchte & Gemüse der Saison ***** Cherrytomaten, Gurken, Radieschen mit Vollkornbrot	Früchte & Gemüse der Saison ***** Blechkuchen mit Zwetschgen	Früchte & Gemüse der Saison ***** Knuspermüesli mit Nature Joghurt	Früchte & Gemüse der Saison ***** Peperoni-Käsebrötchen

Menüplan für Kalenderwoche: 45

06. November bis 10. November 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

-

Karotten-Hirsepuffer mit
Kräuterdipp, dazu Kartoffelsalat

Magerquark mit Kirschen



Rohkostteller

Karottensalat

Geflügel-Fleischkäse an
Bratensauce, geröstete
Ofenkartoffeln & Bohnen

-



Rohkostteller

-

Vegi-Balls* in Tomatensauce,
Polenta & Kürbis

Hausgemachtes Birnenmus mit
Vanille



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gerösteten
Kürbiskernen und Frenchdressing

Maccheroni mit Bolognese,
Broccoli & Reibkäse

-



Rohkostteller

Tomatensuppe

Schwarzwurzelrisotto mit
Mascarpone & Grana Padano

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Apfelmus mit Maiswaffeln

Früchte & Gemüse der Saison

Bananen-Milch mit Knäckebrot

Früchte & Gemüse der Saison

Belegte Brote
(Frischkäse, Ei, Eissigurken)

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Hafermilch

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Quarkdipp

Menüplan für Kalenderwoche: 46

13. November bis 17. November 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Süßkartoffelsuppe

Gebratener Eier-Reis mit Tofu
dazu buntes Gemüse in Kokos-
Currysauce

-



Rohkostteller

-

Schmetterlingsnudeln mit
Kichererbsen-Tomatensauce &
Reibkäse

Vanillepudding



Rohkostteller

Randensalat

Rinds-Meatballs in
Senfrahmsauce, dazu Ebly &
Karotten

-



Rohkostteller

-

Freilandrühreier mit
Salzkartoffeln & Rahmspinat

Marroni-Orangen-Joghurt



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit gerösteten
Kernen und Italian Dressing

Seelachsfilet mit Kräuterkruste*
an Tomatenragout & Bulgur

-

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Knäckebrot mit Quarkdipp

Früchte & Gemüse der Saison

Herbstlicher Fruchtsalat

Früchte & Gemüse der Saison

Zwetschgencreme mit
Magerquark

Früchte & Gemüse der Saison

Trauben-Käsespiess mit
Vollkornbrot

Früchte & Gemüse der Saison

Vollkornbrot mit Eieraufstrich

Menüplan für Kalenderwoche: 47

20. November bis 24. November 2023



TAVOLA
by FIORINO

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

FRÜHSTÜCK

Fiorino Zmorge

ZNÜNI

Früchte & Gemüse der Saison

MITTAG



Rohkostteller

Bunter Blattsalat mit Kräutern
und French Dressing

Pouletsaftbraten mit Rahmsauce,
zweierlei Rüeblì & Polenta

-



Rohkostteller

Kürbissuppe

Süßkartoffelgnocchi* mit
Tomaten-Linsensauce & Reibkäse

-



Rohkostteller

-

Vegi-Geschnetzeltes in
Kräuterjus mit Bulgur & Kohlrabi

Hausgemachtes Apfelmus
mit Zimt



Rohkostteller

Cole Slaw

Chili con carne mit Reis

-



Rohkostteller

-

Rösti mit Mozzarella &
Rahmlauch

Magerquark mit Himbeeren

ZVIERI

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Zwetschgen Müesli

Früchte & Gemüse der Saison

Wrap mit Frischkäse und Gemüse

Früchte & Gemüse der Saison

Birnen-Hafermilch

Früchte & Gemüse der Saison

Belegte Brote (Frischkäse, Ei,
Essiggurken)

Früchte & Gemüse der Saison

Pizzaschnecken