

# Menüplan

## Local

### Montag

6. Mai

#### Chicken Vindaloo

Mint-Reis und Wok Gemüse  
Sprossen

**intern 13.00 / extern 15.50**

Geflügel: Schweiz

### Dienstag

7. Mai

#### Rinds Gulasch

Spätzli und Blumenkohl

**intern 13.00 / extern 15.50**

Fleisch: Schweiz

### Mittwoch

8. Mai

#### Heillbutt Filet

Salicorne, Risotto und Zitronen Fenchel  
Safran Sauce

**intern 13.00 / extern 15.50**

Fisch: Nordost Atlantik/Wildfang

### Donnerstag

9. Mai

**geschlossen**

**intern 13.00 / extern 15.50**

### Freitag

10. Mai

#### Pasta Plausch

Carbonara, Tomatensauce  
Bolognese, Pesto  
Reibkäse

**intern 13.00 / extern 15.50**

Fleisch: Schweiz

## Climate Veggie



### Sizilianische Pasta Melanzane

Tomaten, Auberginen, Rahm und Pfeffer  
Zitronen und Reibkäse  
Rucola

**intern 13.00 / extern 15.50**

### Spinat Spargel-Risotto

Pochiertes Ei  
Ofen Cherrytomaten

**intern 13.00 / extern 15.50**

### Gnocchi Mediterran

Grillgemüse  
Tomatensauce  
Basilikum und Ricotta

**intern 13.00 / extern 15.50**

**geschlossen**

**intern 13.00 / extern 15.50**

**geschlossen**

**intern 13.00 / extern 15.50**

## Healthy Bowl

### Curry-Tofu Cashew Bowl

Red Rice und Grill-Gemüse  
Kräuter, Spinat, Aubergine und Apfel  
Poulet oder Lachs oder Vegi

**intern 16.00 / extern 17.50**

Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht

### Lemon-Pepper Salmon Bowl

Zitrone, Avocado, Gurke und Dill-Reis  
Spinat, Ei, Spargel und Zucchini  
Poulet oder Lachs oder Vegi

**intern 16.00 / extern 17.50**

Geflügel: Schweiz Fisch: Norwegen/Zucht

### Kicherbsen-Kokos Bowl

Süßkartoffeln und Guacamole  
Cherrytomaten und Spinat  
Lachs oder Poulet oder Vegi

**intern 16.00 / extern 17.50**

Fisch: Norwegen/Zucht Geflügel: Schweiz

**geschlossen**

**intern 16.00 / extern 17.50**

**geschlossen**

**intern 16.00 / extern 17.50**

## Healthy Bowl

**1 Topping nach Wahl (inbegriffen)**  
Jedes zusätzliche Topping + 3.00

## Green Market

**Wechselnde Auswahl an Blatt-, Rohkost-  
sowie angemachten Salaten**

**2.50 / 100g intern**  
**3.20 / 100g extern**

## Hot Market

**Wechselnde Auswahl an Fleisch-  
und Fischgerichten sowie Beilagen  
und Gemüse nach Wahl**

**2.50 / 100g intern**  
**3.20 / 100g extern**

Für Fragen zu den einzelnen Gerichten und Allergenen wenden Sie sich bitte an unser Personal vor Ort.  
Öffnungszeiten: Montag – Freitag, 11.00 – 13.30 Uhr

CATERING SERVICES  
MIGROS