

Menüplan

KW 43	Montag, 25. Oktober 2021	Dienstag, 26. Oktober 2021	Mittwoch, 27. Oktober 2021	Donnerstag, 28. Oktober 2021	Freitag, 29. Oktober 2021	Infos zum Menü
Vorspeise	*Marokkanische Gemüsesuppe aus dem Ofen oder *Sanddornsirup mit Knabbergemüse	Randensuppe oder Saisonsalat mit Knabbergemüse	Sylter Gemüsesuppe oder Saisonsalat mit Knabbergemüse	Roggenflockensuppe mit Sauerrahm oder Saisonsalat mit Knabbergemüse	Kürbissuppe oder Saisonsalat mit Knabbergemüse	*Die Berber, ein Volk von Wüstennomaden, nutzen Erdlöcher um zu kochen. Wir greifen dafür zum Ofen, bedienen uns aber an ihren feinen Gewürzen
Hauptmenü	Basler Hackdätschli mit Kartoffelstock, Kalbsjus und Erbsli mit Rüebl	Gratinierte Polentaschnitte mit *Bohnenragout und geschmorter Fenchel mit Granatapfel	Panierter Seelachs mit Butter-Reis und Herbstgemüse	Pizza Margherita	Serviettenknödel mit Pfifferling-Steinpilzrahmsauce, Rotkohl und Marroni	*Sanddorn ist eine kleine goldfarbene Beere die an hohen, sehr stacheligen Büschen wächst. Ihre ursprüngliche Heimat ist Nepal. Dabei zeichnet sie ihr hoher Vitamin C gehalt aus und die Fähigkeit, Sonnenlicht zu speichern und uns so in den dunkleren Tagen das Vitamin D zu schenken.
Vegetarisches Menü	Basler Quarkküechli mit Kartoffelstock, Orangenjus und Erbsli mit Rüebl		Tofuschnitzel im Cornflakes-Mantel mit Butter-Reis und Herbstgemüse			
Menü ohne Schweinefleisch	Basler Hackdätschli mit Kartoffelstock, Kalbsjus und Erbsli mit Rüebl		Panierter Seelachs mit Butter-Reis und Herbstgemüse			*Hülsenfrüchte darunter auch die Bohnen, fallen sind reich an Proteinen. Sie eignen sich somit hervorragend für die vegetarischen Küche, da ihr gehalt an Eiweiss dem von Fleisch entspricht.
Dessert					Vanillecreme mit warmen Beeren	
Extra Gemüse	Rüebl	Randen	Kürbis	Sellerie	Fenchel	Gedacht für Kinder bis 5 Jahren. Das Gemüse wird ohne Salz und Gewürze im Wasser oder Dampf gegahrt.
Extra Proteinlieferanten		Lupinengeschnetzeltes		Toskana-Bällchen	Seitan	Für die Proteinergänzung bei gewissen Gerichten
Z'vieri	Knägebrot mit hausgemachtem Frischkäse	Apfelwähe	Vollkorn-Brötchen und Bergkäse	Fruchtsalat	Schoggi-Weggli	

- Herkunft:**
- Unsere Pasta ist (fast) ausschliesslich hausgemacht
 - Über die Herkunft der von uns verwendeten Lebensmittel, informieren Sie sich bitte unter https://www.gema-basel.ch/files/F8BAV91/lieferanten_peppone.pdf

Bei Liefer-Engpässen kann es sein, dass wir auch auf biologische Produkte in Umstellung zurückgreifen.

[ge.m.a. Peppone Catering](http://www.gema-peppone-catering.com) | [Markgräferstrasse 14](http://www.markgräferstrasse14.com) | 4057 Basel | Tel. +41 61 693 48 78 | peppone@gema-basel.ch | www.gema-basel.ch

Alternativenü:
Pasta mit Tomatensauce und geriebener Käse

