

psychiatriezentrums münsingen
bzw. *sich verwöhnen lassen.*

pzm

Guten Appetit!





Liebe Patientin, lieber Patient
Liebe Heimbewohnerin, lieber Heimbewohner

In dieser Broschüre finden Sie die wichtigsten Informationen rund ums Essen und zur Bestellung der Mahlzeiten während Ihres Aufenthalts.

Unser Küchenteam verwöhnt Sie täglich mit abwechslungsreichen und gesunden Mahlzeiten. Die einzelnen Komponenten des jeweiligen Menüangebots können Sie frei nach Ihren persönlichen Vorlieben kombinieren.

Das Restaurant dient Ihnen, Ihren Angehörigen und den Mitarbeitenden als Erholungsort und Treffpunkt. Für den kleinen Hunger und Durst zwischendurch finden Sie bei uns verschiedene kalte und warme Getränke, salzige und süsse Snacks, hausgemachte Patisserie und feines Gebäck. Sie erhalten auf der Station einen Ausweis. Wenn Sie diesen vorweisen, konsumieren Sie im Restaurant zum reduzierten Preis.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch im Restaurant (Haus 3) und wünschen Ihnen einen guten Aufenthalt.

Das Hotellerteam

Freude am Essen

Es ist erwiesen, dass die Freude am Essen zusammen mit der medizinisch-therapeutischen Behandlung und Betreuung massgeblich zur Genesung beiträgt.

Deshalb verarbeitet unser Küchenteam nur möglichst naturbelassene, frische und vollwertige Nahrungsmittel. 70% der Salate und Gemüse, die in unserer Küche zu feinen Menüs verarbeitet werden, stammen aus unserer hauseigenen Gärtnerei.

Der Menüplan ist abwechslungsreich gestaltet und ausgewogen zusammengestellt. Damit Sie den natürlichen Geschmack der einzelnen Lebensmittel und Kräuter besser herauschmecken, verwenden wir keine Streuwürze. Auf Grapefruits verzichten wir, weil diese die Wirkung diverser Medikamente beeinflussen können.

Neben den beiden Spezialmenüs *Das Leichte* und *Das Vegetarische* können Sie gemixte Speisen bestellen. Zudem bieten wir Ihnen *Das Vitale*, ein Vitalkostmenü, an: eine ausgewogene Kostform mit ca. 1600 kcal pro Tag (ohne Zwischenmahlzeiten).

Das Vitale

- Max. 5 x pro Woche Fleisch (inkl. Geflügel)
- 1-2 Mal pro Woche Fisch
- Grosse Portionen Gemüse und Salat
- Regelmässig Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte, Nüsse, Sprossen und Samen
- Fettarme Zubereitung mit Raps- und Olivenöl, wenig Butter als Brotaufstrich

Haben Sie Fragen oder spezielle Bedürfnisse? Die Fachpersonen auf Ihrer Station oder die Ernährungsberaterin beraten Sie gerne.

Tipp Denken Sie daran, an der Kasse Ihren Patientenausweis vorzuweisen. Dieser berechtigt Sie zur vergünstigten Konsumation.



Frühstück

Es stehen Ihnen folgende Komponenten zur Auswahl:

Brot

Tagesbrot
Brot ohne Rand
Vollkornbrot
Toastbrot

Brotaufstrich

Butter
Margarine
Konfitüre
Vital Konfitüre (gesüsst mit Fruchtzucker)
Honig

Käse

Hartkäse
Halbhartkäse
Streichkäse
1/4 Fett Streichkäse

Joghurt und Quark

Naturjoghurt
Vitalfrüchtejoghurt
Moccajoghurt
Naturquark
Vitalfrüchtequark

Sonstiges

Frühstücksbrei
Griessbrei
Saisonobst
Birchermüesli
Birchermüesli gemixt
Vanilleflan
Schoggiflan
Zimtzucker

Für Zusatzversicherte

Gipfeli
Weggli



Mittagessen

Nebst den Tagesmenüs und dem Wochenhit stehen Ihnen folgende Komponenten zur Auswahl:

Suppen

Tagessuppe
Saisonsuppe
Protein Cremesuppe
Leichte Cremesuppe
Gemüsebouillon
Schleimsuppe

Hauptgerichte

Salatteller
Blattsalat gross
Fleischteller
Käseteller
Birchermüesli
Birchermüesli gemixt
Fleisch fein geschnitten
Griessbrei

Stärkebeilagen

Kartoffelstock
Reis
Teigwaren

Sauce

Rahmsauce

Gemüse und Salate

Saisonsalate
Vitalsalat
Kleiner Blattsalat
Wochengemüse
Gemüse extra weich

Dessert

Vanillecreme
Proteincreme
Saisonobst
Kompott
Kompottpüree
Zimtzucker

Brot und Brotbelag, Diverses

Tagesbrot
Brot ohne Rand
Hartkäse
Halbhartkäse
Hüttenkäse
Butter
Reibkäse
Ei gekocht

Für Zusatzversicherte

Pouletbrust
Kalbsschnitzel
(nature oder paniert)
Schweinschnitzel
(nature oder paniert)
Bratensauce

Aus dem Restaurant:

Früchtekuchen
Salzige Kuchen
Belegte Brote
Sandwiches
Gebäck und Patisserie

Grundsätzlich sind für Zusatzversicherte alle Angebote aus dem Restaurant wählbar.

Abendessen

Nebst den Tagesmenüs stehen Ihnen folgende Komponenten zur Auswahl:

Suppen

Gemüsebouillon
Leichte Cremesuppe
Schleimsuppe
Proteinsuppe

Hauptgerichte

Salatteller
Blattsalat gross
Fleischteller
Käseteller
Birchermüesli
Birchermüesli gemixt
Griessbrei
Milchreis
Haferbrei

Stärkebeilagen

Schalenkartoffeln
Kartoffelstock
Teigwaren

Sauce

Salzige Sauce
Tomatensauce

Gemüse und Salate

Saisonsalate
Vitalsalat
Kleiner grüner Blattsalat

Dessert und Joghurt

Vitalfrüchtejoghurt
Naturjoghurt
Moccajoghurt
Vitalfrüchtequark
Naturquark
Kompott
Kompottpürrée
Proteincreme
Schoggiflan
Vanilleflan
Saisonobst
Zimtzucker

Brot und Brotbelag

Tagesbrot
Brot ohne Rand
Vollkornbrot
Toastbrot
20g Butter
Margarine
Honig
Konfitüre
Vital Konfitüre
(gesüsst mit Fruchtzucker)
Hartkäse
Halbhartkäse
Streichkäse
¼ Fett Streichkäse
Hüttenkäse
Reibkäse
Ei gekocht
Landjäger
Cervelat

Für Zusatzversicherte

Eiergerichte
(Omelette, Rührei, Spiegelei)

Aus dem Restaurant:
Belegte Brote
Sandwiches

Grundsätzlich sind für Zusatzversicherte alle Angebote aus dem Restaurant wählbar.

Deklarationen Allergene

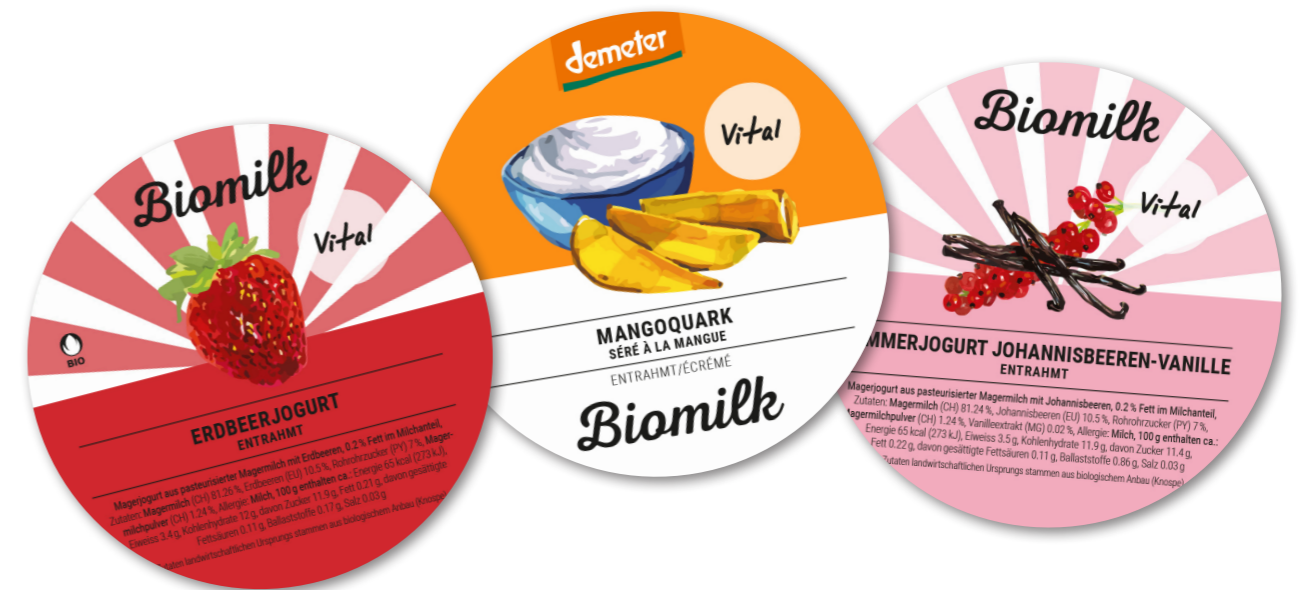
Im Restaurant sind die Allergene klar deklariert. Bei den Mahlzeiten, die auf die Stationen geliefert werden, geben Ihnen das Diätbüro oder die Mitarbeiterinnen Menüwahlservice Auskunft.

Herkunft der Lebensmittel

Die von uns verwendeten Lebensmittel stammen wenn möglich aus regionalen Betrieben oder aus unserer hauseigenen Gärtnerei. Fleisch und Fisch aus dem Ausland werden auf dem Menüplan entsprechend deklariert.

Weniger Zucker, weniger Fett

Unsere Küche verzichtet auf künstliche Süsstoffe. Sie kommen bei uns in den Genuss von speziellen Quark und Joghurt: Die Firma Biomilk aus Münsingen hat exklusiv für unsere Klinik Joghurt und Früchtequark mit reduziertem Zucker- und Fettgehalt entwickelt. Die Quark werden aus Magerquark in Demeter-Qualität hergestellt. Im Vergleich zu herkömmlichen Produkten weisen unsere Joghurt und Quark mindestens 25% weniger Kalorien auf.



PZM Psychiatriezentrum Münsingen AG

Hunzigenallee 1
3110 Münsingen

Tel 031 720 81 11

E-Mail info@pzmag.ch

Web www.pzmag.ch