

Gsunds Ässe für dehei!

Der Mahlzeitendienst der Stiftung Obesunne



Das Angebot richtet sich an ältere Menschen in Arlesheim, für die das Kochen infolge gesundheitlicher Beschwerden ausgeschlossen oder zu anstrengend ist. Wir bringen die Mittagessen täglich von Montag bis Freitag zu den Kundinnen und Kunden nach Hause.

**Anmeldungen bis spätestens um 10 Uhr
am Vortag unter Telefon 061 705 07 09**

Wir liefern Ihre Mahlzeit kalt, Sie wärmen sie zu Ihrer
Essenszeit – so bleibt die Qualität der Speisen erhalten.

Sie wählen die Wochentage von Montag bis Freitag, wir liefern Ihnen zwischen 9.00 und 11.00 Uhr die kalten Mahlzeiten nach Hause. Stornierungen sind am Vortag auch für einzelne Mahlzeiten möglich. Bei Bedarf können Sie für das Wochenende zwei Mahlzeitenboxen bestellen, welche wir Ihnen am Freitag liefern.

Für ein schonendes Aufwärmen der Mahlzeiten, stellen wir Ihnen eine Wärmepatte kostenlos zur Verfügung. Die Mahlzeiten können in der von uns gelieferten Box direkt auf die Patte gestellt und gewärmt werden. Sie können das Essen auch ganz einfach in der Mikrowelle oder sofern eine entsprechende Steamer-Funktion vorhanden ist, in Ihrem Haushaltsofen wärmen.

Alle Tagesmenüs werden nach ernährungsphysiologischen Grundsätzen in der Küche der Stiftung Obesunne zubereitet und durch freiwillige Helferinnen und Helfer zu Ihnen nach Hause geliefert. Auf Wunsch stellen wir Ihnen die Box direkt in Ihre Küche. Die leeren und von Ihnen vorgewaschenen Behälter nehmen wir bei der nächsten Lieferung zurück.

4-Gang-Tagesmenü CHF 19.50

Sie können zwischen folgenden Kostarten wählen:

- **Normalkost**
- **Diabeteskost** (Abklärung mit der Leitung Küche)
- **Vegetarische Kost**
- **Schonkost** (keine blähenden Lebensmittel)

Ein Wochenmenüplan steht nicht zur Verfügung. Sie erhalten von der Stiftung Obesunne eine Monatsrechnung per Post. Stornierungen, die nicht am Vortag gemeldet werden, müssen wir in Rechnung stellen.

