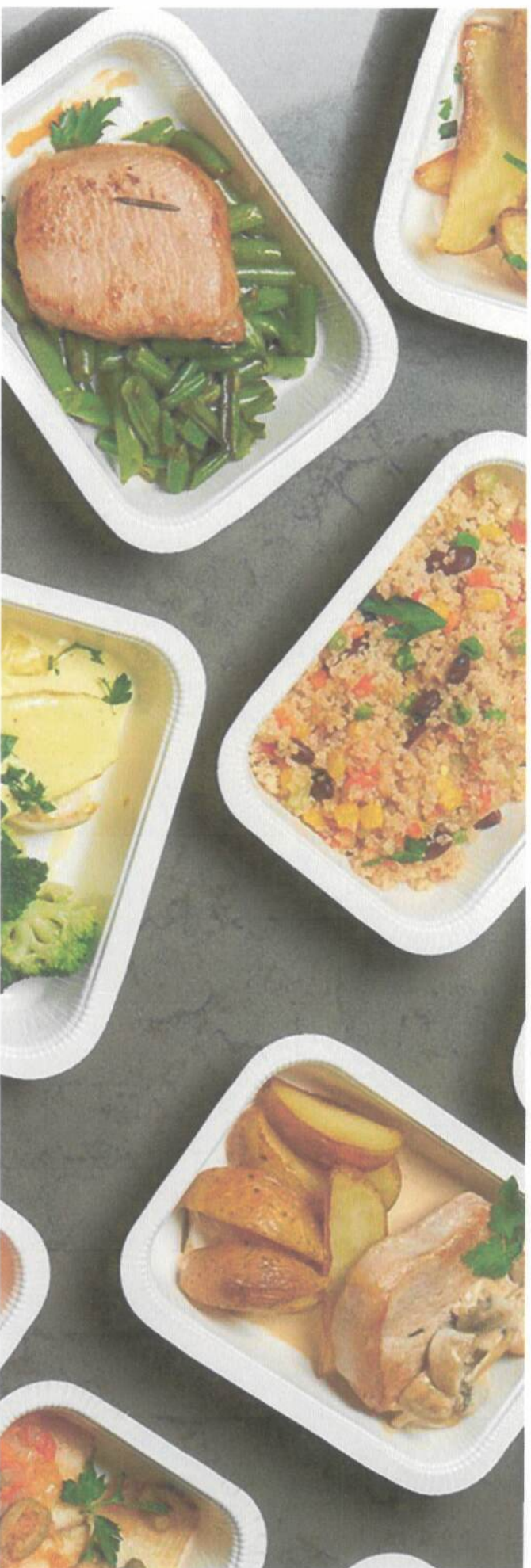




- KINDERBETREUUNG
- MAHLZEITENDIENST
- FERIENPASS
- EVA
- SENIOREN
- KOFFERMARKT

## Angebot und Preise

|                                                                            |           |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Menü</b>                                                                |           |
| wöchentlich 4 Fleisch/Fischgerichte mit Gemüse zur Auswahl                 | CHF 15.00 |
| <b>Vegi-Menü</b>                                                           |           |
| wöchentlich 4 Gerichte zur Auswahl                                         | CHF 15.00 |
| <b>Monatsangebot</b>                                                       |           |
| 4 Gerichte zur Auswahl                                                     | CHF 15.00 |
| <b>Hit</b>                                                                 |           |
| 3 Gerichte zur Auswahl                                                     | CHF 19.00 |
| <b>Einzelportionen (jeweils 2 Suppen, Salate und Desserts zur Auswahl)</b> |           |
| Suppe                                                                      | CHF 5.00  |
| Salat                                                                      | CHF 5.00  |
| Dessert                                                                    | CHF 5.00  |

Neuer Flyer Mahlzeitendienst

Die Preise verstehen sich pro Portion. Mindestbestellung: 3 Mahlzeiten

Die Bestellungen müssen zwei Wochen im Voraus bis spätestens Dienstag 17 Uhr getätigt werden.

Ausnahme: Die Monatsangebote können eine Woche im Voraus bis Mittwoch 17.00 bestellt werden.

Für die Auslieferung berechnen wir zusätzlich CHF 0.70 pro km (ab Spital Olten bis zum Wohnort)

### **Kontakt – wir sind gerne für Sie da**

Haben Sie Fragen oder möchten Sie ein Menü bestellen? Wir beraten Sie gerne persönlich.

Ihre Ansprechperson:

Frau Franziska Gugger

Mobile: 077 493 50 06

[franziska.gugger@gmx.ch](mailto:franziska.gugger@gmx.ch)

# Mahlzeitendienst

---

## **Mahlzeitendienst – frisch, ausgewogen & zuverlässig**

Der Mahlzeitendienst des Gemeinnützigen Frauenvereins Olten richtet sich an Menschen, die sich im Alltag Entlastung wünschen oder zeitweise auf Unterstützung angewiesen sind. Das Angebot steht nach einem Spitalaustritt, während der Schwangerschaft oder Stillzeit sowie als langfristige Lösung bis zum Eintritt ins Pflegeheim zur Verfügung.

Auch Seniorinnen und Senioren, alleinlebende Personen oder Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen profitieren von diesem Service. Ebenso bietet der Mahlzeitendienst wertvolle Unterstützung für Berufstätige mit wenig Zeit zum Kochen oder für pflegende Angehörige, die im Alltag Entlastung suchen.

## **Frisch zubereitet – einfach geniessen**

Ein gutes Essen nährt nicht nur den Körper, sondern auch das Wohlbefinden. Unsere Mahlzeiten werden von der VEBO Oensingen mit viel Sorgfalt und Liebe zum Detail frisch zubereitet – aus hochwertigen Schweizer Produkten, ganz ohne Konservierungsmittel. Die Gerichte sind mindestens zehn Tage im Kühlschrank haltbar und bleiben dabei schmackhaft und frisch.

Ein Teil der Menüs trägt das Label «Fourchette verte», das für eine ausgewogene, nachhaltige und altersgerechte Ernährung steht. Damit leisten wir einen Beitrag zu Gesundheit, Lebensqualität und Genuss – Tag für Tag.

### **Vielfältige Auswahl – für jeden Geschmack**

Abwechslung gehört bei uns zum Konzept. Jede Woche stehen Ihnen verschiedene feine Menüs zur Verfügung:

- Normalkostmenüs für den klassischen Genuss
- Vegimenüs für eine fleischlose, leichte Küche
- Drei Hit-Menüs mit besonders beliebten Gerichten
- Suppen, Salate und Desserts in praktischen Einzelportionen

Unsere Menüpläne orientieren sich an den aktuellen Ernährungsrichtlinien und berücksichtigen saisonale Zutaten. So genießen Sie das ganze Jahr hindurch frisch gekochte, ausgewogene Mahlzeiten – köstlich, farbenfroh und abwechslungsreich.

Die Zubereitung ist denkbar einfach: Im Wasserbad oder in der Mikrowelle sind die Menüs in wenigen Minuten servierbereit. So bleibt mehr Zeit für das Wesentliche – Genuss, Ruhe und Lebensfreude.

### **Lieferung & Bestellung – zuverlässig und persönlich**

Wir liefern unsere Mahlzeiten direkt zu Ihnen nach Hause – pünktlich, freundlich und mit einem Lächeln.

Beliefert werden die Gemeinden Olten, Wangen bei Olten, Trimbach, Dulliken, Winznau, Obergösgen, Stüsslingen und Rohr.

Die Zustellung erfolgt jeweils am Montagmorgen