

## Beratungsstellen der Pro Senectute Aargau

Bezirk Aarau	Bachstrasse 111 Postfach 3526 5001 Aarau	Tel. 062 837 50 40 Fax 062 837 50 71
Bezirk Baden	Bahnhofstrasse 40 5400 Baden	Tel. 056 203 40 80 Fax 056 203 40 81
Bezirk Bremgarten	Paul Walser-Weg 8 5610 Wohlen	Tel. 056 622 75 12 Fax 056 621 20 22
Bezirk Brugg	Bahnhofstrasse 5 5200 Brugg	Tel. 056 441 06 54 Fax 056 441 06 40
Bezirk Kulm	Hauptstrasse 60 5734 Reinach	Tel. 062 771 09 04 Fax 062 771 02 14
Bezirk Laufenburg	Hauptstrasse 27 5070 Frick	Tel. 062 871 37 14 Fax 062 871 07 00
Bezirk Lenzburg	Burghaldenstrasse 19 5600 Lenzburg	Tel. 062 891 77 66 Fax 062 892 03 58
Bezirk Muri	Luzernerstrasse 16 5630 Muri	Tel. 056 664 35 77 Fax 056 664 11 15
Bezirk Rheinfelden	Bahnhofstrasse 26 4310 Rheinfelden	Tel. 061 831 22 70 Fax 061 831 22 91
Bezirk Zofingen	Vordere Hauptgasse 21 4800 Zofingen	Tel. 062 752 21 61 Fax 062 751 72 54
Bezirk Zurzach	Baslerstrasse 2 A 5330 Bad Zurzach	Tel. 056 249 13 30 Fax 056 249 06 22
<b>Kantonale Geschäftsstelle</b>		Tel. 062 837 50 70 Fax 062 837 50 71
Bachstrasse 111, Postfach 3526, 5001 Aarau		

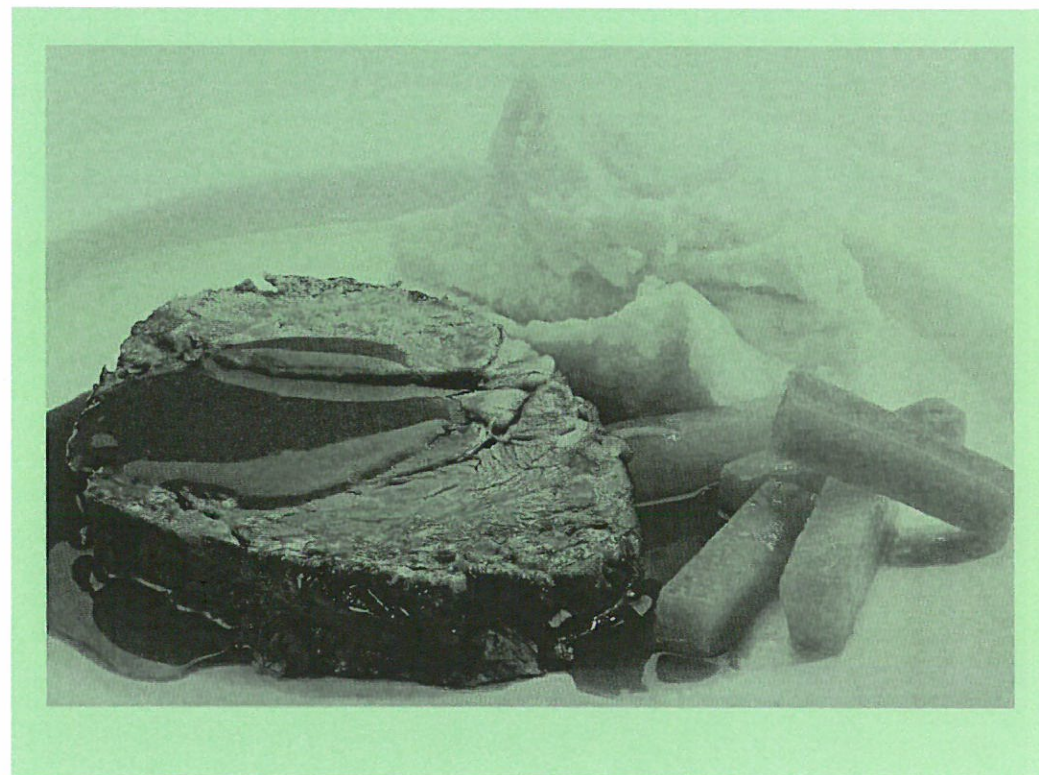
[www.ag.pro-senectute.ch](http://www.ag.pro-senectute.ch)

E-Mail: [info@ag.pro-senectute.ch](mailto:info@ag.pro-senectute.ch)

06.2013

# Hilfe zu Hause

## Mahlzeitendienst



  
Für das Alter  
AARGAU

# Mahlzeitendienst der Pro Senectute Aargau

Preise \* ab  
01.01.2012

## Gesunder Genuss zuhause - schnell und einfach zubereitet!

Pro Senectute Aargau liefert Ihnen abwechslungsreiche Mahlzeiten wöchentlich ins Haus (Wochenbedarf).

Die Mahlzeiten werden frisch zubereitet, pasteurisiert und in Schalen abgepackt.

Die Mahlzeiten werden aufgrund ernährungsphysiologischer Grundsätze fertig zubereitet, um Ihnen eine bedarfsgerechte Ernährung anzubieten. Geniessen Sie gesunde Gerichte mit dem richtigen Verhältnis von Vitaminen, Spurenelementen und Nahrungsfasern.

Mit Salat oder Früchten ergänzen Sie die Mahlzeiten zu einer absolut vollwertigen Ernährung.

### Zubereitung

Die Mahlzeiten werden einfach und bequem im Wasserbad, im Mikrowellengerät oder in der Pfanne zubereitet.

### Lagerung

Die ungeöffneten Mahlzeitenschalen können bei maximal +5 °C bis 14 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden (massgebend ist das Verbrauchsdatum).

Werden vor Ablauf des Verbrauchsdatums die Mahlzeiten tiefgekühlt, so sind diese bei -18 °C bis 3 Monate haltbar und nach dem Auftauen innert drei Tagen zu konsumieren.

### Wer kann bei uns Mahlzeiten beziehen?

- Personen ab 60 Jahren
- Personen mit einer IV-Rente
- Diabetikerinnen und Diabetiker
- Rekonvaleszente

### Standardangebote:

Wöchentlich abwechslungsreiche Auswahl – saisonale Angebote

Fr.

#### Normalkost

12.10

Gut bürgerliche Küche mit Fleisch, Fisch usw.

#### Diabetes Kost

12.10

Qualitativ ausgewogene Diät nach den Vorgaben der schweizerischen Gesellschaft für Ernährung

#### Leichte Kost

12.10

Verzicht auf schwerverdauliche Nahrungsmittel und fettreiche Zubereitungen

#### Vegetarische Kost

12.10

Milch, Milchprodukte, Eier, Hülsenfrüchte oder Fleischersatzprodukte liefern das nötige Eiweiss anstelle von Fleisch oder Fisch

### Diverse Angebote:

Eintopfgericht

11.30

Monatshit

12.10

Gerichte nach Saison

angebotsabhängig

Fleischportion aus Normalkost

6.15

Suppe

3.45

Salat

4.15

Dessert (auch für Diabetikerinnen und Diabetiker)

2.40

Fruchtbecher (auch für Diabetikerinnen und Diabetiker)

4.90

Birchermüesli

4.15

\* Preise: Mehrwertsteuerfrei

Die Mindestbestellung beträgt 2 Mahlzeiten pro Lieferung (mindestens Fr. 20.00). Die Bestellungen sind verbindlich. Die Rechnungsstellung erfolgt monatlich und ist innert 30 Tagen zahlbar.

Wir erteilen Ihnen gerne weitere Auskünfte. Die Adressen und Telefonnummern finden Sie auf der Rückseite.