

## Essenszeiten und Sonderkostformen Restaurant Time Out

Frühstück: 07.00 Uhr bis 09.30 Uhr

Hauptmahlzeiten: 11.00 Uhr bis 21.30 Uhr

Abweichende Zeiten, müssen im Voraus mit der Leitung Gastronomie abgesprochen werden.

**Sonderkostformen** wie Gluten- oder Laktosefrei, vegetarische, vegane Kost oder andere Kostformen müssen vorgängig und frühzeitig auf dem Informationsblatt Restaurant vermerkt und gemeldet werden. Wir können viel, wenn wir es wissen. Ansonsten muss mit längeren Wartezeiten gerechnet werden. Diese Mahlzeiten werden verrechnet, wenn sie nicht abbestellt werden und nicht konsumiert werden, da sie extra zubereitet werden.

### *Definitionen*

#### **Allergien:**

Beim Konsum von den angegebenen Lebensmitteln treten allergische Reaktionen auf, welche sich schnell und heftig äussern. Atemnot, Schwellungen im Mund und Rachen, Hautausschläge, Durchfall, Erbrechen bis zu Kreislaufkollaps können die Symptome sein. Hierbei dürfen keinerlei der gemeldeten Lebensmittel, in den Mahlzeiten vorhanden sein.

#### **Intoleranzen:**

Beim Konsum der angegebenen Lebensmittel oder Zusatzstoffe treten leichte bis mittlere Symptome wie Blähungen, Bauchkrämpfe, Hautreizungen, Durchfall o.ä. auf. Kleine Mengen des angegebenen Lebensmittels/Zusatzstoffe, werden in der Regel gut vertragen. (Keine sichtbaren Mengen). Wenn immer möglich, wird hier eine Nulltoleranz angestrebt.

#### **Abneigungen:**

Bei Abneigungen können die Lebensmittel bei der Zubereitung zur Verwendung gekommen sein. Sie sind bei der Mahlzeit nicht mehr sichtbar und geschmacklich nicht mehr zu spüren. Auch lösen sie keinerlei allergischen Reaktionen oder Symptome aus.

#### **Folgende Lebensmittel bieten wir bei Gluten- oder Laktoseintoleranz:**

Frühstück: Glutenfreie Brötchen und Knäckebrötchen, glutenfreies Müesli  
Laktosefreie Milch, laktosefreie Joghurt, laktosefreie Butter

Hauptmahlzeiten: Die Hauptmahlzeiten werden den jeweiligen Allergien/ Intoleranzen angepasst. Mögliche Stärkebeilagen sind Reis, Kartoffeln, Polenta, glutenfreie Teigwaren

Sollten Teilnehmer eine Nahrungsmittelallergie oder eine Nahrungsmittelintoleranz haben, sind wir vom Restaurant Time Out sehr froh, wenn sich der Teilnehmer bei **uns persönlich noch** meldet. So können wir allfällige Unklarheiten beiderseits klären. Auch können wir uns Gesichter besser merken als „nur“ den Namen.

Es ist uns wichtig, dass auch Teilnehmer mit Einschränkungen eine ausgewogene, vielfältige und genussvolle Ernährung erhalten und sind deshalb froh über die Mithilfe der Betroffenen.

Teilnehmer die zusätzlich ihre eigenen Lebensmittel mitbringen, können diese bei uns kühlen.

**Kontakt:** Stephan Büchel, Leiter Gastronomie, 032 686 55 31 oder [restaurant@szzag.ch](mailto:restaurant@szzag.ch)