

Mahlzeiten, Mittagstisch

Eine gesunde Ernährung ist wichtig für die Gesundheit. Wenn man älter wird oder gesundheitliche Probleme hat, kann es manchmal schwer sein, jeden Tag einzukaufen und zu kochen. Für diesen Fall gibt es verschiedene **Mahlzeitendienste**. Das Essen wird nach Hause geliefert. Einige bieten warme Mahlzeiten konsumfertig an, die jeden Tag geliefert werden. Manche bieten Mahlzeiten zum Aufwärmen an. Diese werden wöchentlich geliefert. Wer die Geselligkeit während dem Essen schätzt, kann an einem organisierten **Mittagstisch** teilnehmen.

Finanzierung: Die Preise der Mahlzeitendienste sind unterschiedlich. Sie müssen sie selbst bezahlen. Auch das Essen und Trinken bei den Mittagstischen müssen Sie selbst bezahlen.

Gut zu wissen: Im Alter verändert sich der Ernährungsbedarf. [Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung](#) stellt auf Merkblättern, in Broschüren und Podcast Ernährungsempfehlungen für ältere Erwachsene kostenlos zur Verfügung.

Angebote Mahlzeitendienst

Mahlzeitendienst Spitex Wettingen-Neuenhof (konsumfertig)

Was: Die Spitex Wettingen-Neuenhof liefert von Montag bis Sonntag Mittagessen konsumfertig in speziellen Warmhalteboxen nach Hause. Die An- oder Abmeldung ist bis 12 Uhr des Vortags (24 Stunden vorher) möglich und erfolgt über das Spitex-Zentrum: +41 56 552 20 00. Weitere Informationen finden Sie unter [Spitex Wettingen-Neuenhof](#).

Kosten: Ein Menü kostet 22.50 Franken (4-Gang-Menü 23.50 Franken) plus einer Jahresgebühr von 50 Franken.

Lieferengel Mahlzeitendienst (konsumfertig)

Was: Gesunde, ausgewogene Menüs mit Vorspeise, Hauptgericht und Dessert. Alle Mahlzeiten sind mit oder ohne Fleisch/Fisch und auf Wunsch auch glutenfrei erhältlich. Lieferung konsumfertig in Isolierboxen an sieben Tagen die Woche. Bestellung jeweils bis 17 Uhr am Vorabend über [Lieferengel Kontaktformular](#) oder telefonisch. 076 566 29 00. Menüplan und weitere Infos: [lieferengel-mahlzeitendienst.ch](#)

Kosten: Pro Mahlzeit (Drei-Gang-Menü): 23 Franken, inkl. Lieferung.

Mahlzeitendienst Pro Senectute (zum Aufwärmen)

Was: Die Gerichte können Sie in der Mikrowelle, im Steamer oder im Wasserbad erwärmen. Die Mahlzeiten sind im Kühlschrank bis zu 14 Tage haltbar. Ein Ratgeber fürs Zubereiten, die Menü- und Tariflisten sind auf der Webseite der Pro Senectute Aargau [Daheim geniessen](#).

Kosten: Je nach Menü, ab 13.50 Franken (Mindestbestellung 20 Franken). Sie erhalten monatlich eine Rechnung.

Pro Senectute Aargau, Beratungsstelle Bezirk Baden
Bahnhofstrasse 40, 5400 Baden
+41 56 203 40 80, baden@ag.prosenectute.ch
www.ag.prosenectute.ch

Mal-Ziit - Mahlzeitendienst Baden (zum Aufwärmen)

Was: Die Mahlzeiten werden aus frischen Biozutaten zubereitet und eingefroren. Verschiedene Gerichte stehen zur Wahl: mahlzeitendienstbaden.ch Lieferung nur im Raum Baden, eine Abholung ist möglich und kostenlos. Adresse: Mahlzeitendienst Baden, Frau und Familie, Parkstrasse 25, 5400 Baden.

Kosten: Hauptspeise ab 17 Franken, Lieferung 10 Franken pauschal. Ab einem Bestellwert von 99 Franken ist die Lieferung kostenlos.

Angebote Mittagstisch

Mittagstisch HOPE Christliches Sozialwerk

Im öffentlichen Restaurant HOPE wird täglich eine frische, hausgemachte Suppe angeboten. Menüsalat, Tagesmenü mit Dessert und das Tischgetränk vervollständigen das Mittagessen. Durch die Vielfalt an Kulturen und Lebenssituationen herrscht im Restaurant HOPE ein familiärer Charakter und Charme. Die Schweizer Tafel liefert Lebensmittel für das Restaurant und verringert so das Defizit. Sie unterstützen mit Ihrem Restaurant-Besuch das Sozialwerk und ermöglichen Menschen in schwierigen Lebenssituationen sinnvolle Beschäftigung.

Kosten: Das Menü kostet pauschal 12 Franken, nur Tagesteller 8 Franken.

HOPE Christliches Sozialwerk
Stadtturmstrasse 16, 5400 Baden
+41 56 221 84 64, hope@hope-baden.ch
www.hope-baden.ch

Mittagstisch Pro Senectute

Geniessen Sie das Mittagessen im Restaurant in geselliger Runde und gemütlicher Atmosphäre. Pflegen Sie Beziehungen und schliessen Sie neue Bekanntschaften. Die Teilnahme ist für alle ab 60 Jahren möglich. Eine telefonische Anmeldung ist erwünscht. Leitung Mittagstisch in Baden: Ursi Egli, 056 222 95 37. Leitung Mittagstisch in Trugi: Renate Treyer, 079 504 66 83, oder Susanne Loeffel, 077 436 14 65. Details unter [Freizeitangebote Pro Senectute Aargau](#)

Kosten: je nach gewähltem Menü.

Mittagstisch reformierte und katholische Kirche

Die **reformierte Kirche Baden Plus** und die **katholische Kirchgemeinde Baden-Ennetbaden** organisieren an verschiedenen Orten in Baden Mittagstische für Seniorinnen und Senioren, zum Beispiel in Rütihof, in Dättwil oder im Kappelerhof. www.ref-baden.ch www.pfarreibaden.ch In Trugi organisiert die **katholische Kirche Gebenstorf-Turgi** Mittagstische [Katholische Kirche Gebenstorf-Turgi](#)