



Menüplan Bruderholz – März 2021

Woche 09	Woche 10	Woche 11	Woche 12	Woche 13
<p>Montag (01.03.21)</p> <p>Salat mit roter Bete, Feigen, Granatapfel und Ziegenkäse.</p> <p>Vollkornnudeln mit Artischocken und Erbsen.</p>	<p>Montag (08.03.21)</p> <p>Karotten, Ingwer und Kurkuma Suppe.</p> <p>Gebratener Spargel mit Spiegeleiern und Couscous.</p>	<p>Montag (15.03.21)</p> <p>Spinatsalat mit getrockneten Preiselbeeren und Walnüssen.</p> <p>Cordon Bleu mit Ofen gebackenen Pommes.</p>	<p>Montag (22.03.21)</p> <p>Salat mit Ei, Käse und Tomaten.</p> <p>Falafel mit Bulgur und Saisongemüse.</p>	<p>Montag (29.03.21)</p> <p>Gurken und Rucola Salat.</p> <p>Kritharoto (griechische Pasta) mit Garnelen in Tomatensauce.</p>
<p>Dienstag (02.03.21)</p> <p>Frühlingsgemüsesuppe.</p> <p>Tofu Katsu Curry mit Jasmin Reis.</p>	<p>Dienstag (09.03.21)</p> <p>Marinierter Gemüsesalat.</p> <p>Poulet Hexenfinger mit Tartar Sauce und Kartoffel Wedges.</p>	<p>Dienstag (16.03.21)</p> <p>Eiertropfensuppe mit Knoblauch</p> <p>Alfredo Tortellini gefüllt mit Spinat und Käse.</p>	<p>Dienstag (23.03.21)</p> <p>Thunfischsalat nach mediterraner Art.</p> <p>Spinat Borek.</p>	<p>Dienstag (30.03.21)</p> <p>Buchstabensuppe.</p> <p>Geräucherter Tofu mit geröstetem Gemüse und Ramen Nudeln.</p>
<p>Mittwoch (03.03.21)</p> <p>Gartensalat mit Belugalinsen.</p> <p>Kalamojakka finnischer Fischeintopf.</p>	<p>Mittwoch (10.03.21)</p> <p>Gehackter mexikanischer Salat mit Limetten Dressing.</p> <p>Nudeln mit cremigen Brokkoli und Ricotta-Käsesauce.</p>	<p>Mittwoch (17.03.21)</p> <p>Grüner Salat mit Avocado und Kürbiskernen</p> <p>Tortillarollen mit Gemüse und Frischkäse.</p>	<p>Mittwoch (24.03.21)</p> <p>Cremige Selleriesuppe.</p> <p>Lihapullat finnische Fleischbällchen mit Kartoffeln, geriebenen Karotten & Preiselbeermarmelade.</p>	<p>Mittwoch (31.03.21)</p> <p>Hummus und Gemüse Wraps.</p> <p>Im Ofen gebackener knuspriger Kräuter Blumenkohl mit Reis.</p>
<p>Donnerstag (04.03.21)</p> <p>Spargelsuppe.</p> <p>Cremiges Ebly Risotto mit Paprika und Zucchini.</p>	<p>Donnerstag (11.03.21)</p> <p>Salat mit Blumenkohl, Rosinen und Sonnenblumenkernen.</p> <p>Eingelegter Hering mit Frühlingskartoffeln.</p>	<p>Donnerstag (18.03.21)</p> <p>Rosolli Kartoffelsalat.</p> <p>Soja Dinki Ragout mit Reis und Gemüse.</p>	<p>Donnerstag (25.03.21)</p> <p>Gemüsesticks mit Joghurt dip.</p> <p>Vollkornnudeln Carbonara.</p>	<p>Donnerstag (01.04.21)</p>
<p>Freitag (05.03.21)</p> <p>Nicoise Salat.</p> <p>Pouletschenkel mit Pilzen und Kartoffeln vom Ofen.</p>	<p>Freitag (12.03.21)</p> <p>Fenchelsuppe mit Erbsen und Zitrone.</p> <p>Mediterrane Quinoa Burger mit Zwiebelringen.</p>	<p>Freitag (19.03.21)</p> <p>Lohikeitto finnische Lachssuppe.</p> <p>Gebackene weisse Bohnen mit Veggie Speck in Tomatensauce.</p>	<p>Freitag (26.03.21)</p> <p>Waldpilzsuppe.</p> <p>Zitronen Spargel Risotto.</p>	<p>Freitag (02.04.21)</p>



Spezialitäten zum pädagogischen Monatsthema: Finnland