



Menüplan Bruderholz – Dezember 2022

Woche 48	Woche 49	Woche 50	Woche 51	Woche 52
Montag (28.11.22) 	Montag (05.12.22) Salat mit Fenchel, Grapefruit und Ziegenkäse. Cremiger Spinat Mac and Cheese.	Montag (12.12.22) Süsskartoffel und Kürbis Suppe. Veggie Hackbraten mit Quinoa und gedämpfte Brokkoli.	Montag (19.12.22) Farro Salat mit weissen Bohnen. Quorn Ragout mit Reis und Saisongemüse.	Montag (26.12.22) Weihnachtsferien.
Dienstag (29.11.22) 	Dienstag (06.12.22) Blumenkohl und Kastanien Suppe. Schweinsbraten marinierte mit Honig und Senf, dazu Bulgur.	Dienstag (13.12.22) Nordpol Salat. Lappländisches Kohlrissotto.	Dienstag (20.12.22) Salat mit Mandarinen und Orangen. Vollkornnudeln Alaska Art, mit Lachs und Erbsen.	Dienstag (27.12.22) Weihnachtsferien.
Mittwoch (30.11.22) 	Mittwoch (07.12.22) Keto Brokkoli Salat. Gnocchi mit weissen Bohnen und sonnentrockneten Tomaten.	Mittwoch (14.12.22) Kichererbsen suppe. Kürbis Tortellini mit brauner Butter, Salbei und Provolone.	Mittwoch (21.12.22) Mediterraner Salat. Veggie Frikadelle Deluxe mit Quinoa, Tomatensauce und Spiegeleiern.	Mittwoch (28.12.22) Weihnachtsferien.
Donnerstag (01.12.22) Rosenkohlsalat. Auflauf Gratin aus Zucchini, Kichererbsen, Lauch und Feta mit Couscous.	Donnerstag (08.12.22) Karotten und Pastinaken Suppe. Süss saurer Tofu mit Basmatireis.	Donnerstag (15.12.22) Crunch Salat. Rindersteaks mit Kartoffelpüree und gegrilltem Gemüse.	Donnerstag (22.12.22) Quinoa Salat mit Preiselbeeren und Nüssen. Vollkornnudeln Napoletana mit Hüttenkäse.	Donnerstag (29.12.22) Weihnachtsferien.
Freitag (02.12.22) Suppe mit Wintergemüse und Linsen. Veggie Loco Moco mit Jasminreis.	Freitag (09.12.22) Lappische Tapas. Zander Walewska (Fischrezept aus Lappland).	Freitag (16.12.22) Pilz Suppe. Knusprige vom Ofen Quesadillas mit Käse.	Freitag (23.12.22) Frischer grüner Salat. Kräuterbutter marinierte Brathähnchen mit Rosmarin Kartoffeln und glasierter Karotte.	Freitag (30.12.22) Weihnachtsferien.

Spezialitäten zum pädagogischen Monatsthema: Lappland

