



Menüplan Bruderholz – Oktober 2025

Woche 40	Woche 41	Woche 42	Woche 43	Woche 44
Montag (01.09.25)	Montag (06.10.25) Gemischter Salat. Süßkartoffel Curry mit Tofu und Gemüse, serviert mit Basmatireis.	Montag (13.10.25) Frischer Karottensalat. Mongolisches Rindfleisch mit Brokkoli, serviert mit Duftreis.	Montag (20.10.25) Cremige Selleriesuppe. Ebly Risotto mit Tomatensauce, Gartengemüse und Sojastückchen.	Montag (27.10.25) Gerösteter Gemüsesalat. Gebratener Lachs mit gedämpften grünen Bohnen und Duftreis.
Dienstag (02.09.25)	Dienstag (07.10.25) Ei und Käse Salat. Vollkornnudeln Napoletana mit geröstetem Gemüse.	Dienstag (14.10.25) Samtige Kürbissuppe. Herzhaftes vegetarisches Stroganoff mit lockerem Couscous und saisonalem Gemüse.	Dienstag (21.10.25) Bunter Blattsalat mit frischen Kräutern. Mongolisches Poulet mit Naturreis und Wokgemüse.	Dienstag (28.10.25) Minestrone Suppe. Zitroniger Bulgur mit saisonalem Gemüse und Balsamico-Glasur Tofu.
Mittwoch (01.10.25) Samtige cremige Gemüsesuppe. Masala Soja Stückchen Auflauf mit Orzo und buntem Gemüse.	Mittwoch (08.10.25) Mais Salat. Hähnchen Cordon Bleu mit Oregano Kartoffeln und Gemüse.	Mittwoch (15.10.25) Klassischer Caesar-Salat mit knusprigen Croutons. Vollkornnudeln Cinque Pi.	Mittwoch (22.10.25) Verspielte Buchstabensuppe. Zucchini Piccata in Tomatensauce mit Thymiankartoffeln und Gemüse.	Mittwoch (29.10.25) Gurken Karottensalat. One Pot Mongolisches Lamm mit Reis und Gemüse.
Donnerstag (02.10.25) Geröstete Butternut Kürbissuppe. Knuspriges Gemüse Nuggets mit Reis und gedämpftem Brokkoli.	Donnerstag (09.10.25) Rote-Bete-Salat. Fisch Bordelaise mit Bulgur und Gemüse.	Donnerstag (16.10.25) Cremige Karottensuppe mit Kräutern. Knoblauch-Sesam-Tofu mit Glasnudeln und buntem Gemüse.	Donnerstag (23.10.25) Rustikale Lauch Kartoffelsuppe. Tofu Nasi Goreng nach indonesischer Art.	Donnerstag (30.10.25) Griechischer Salat. Hörnli Nudeln mit Hackfleisch und Apfelmus als Beilage.
Freitag (03.10.25) Herbstlicher Linsensalat. Herzhafte Pinza Variation.	Freitag (10.10.25) Frischer grüner Salat mit Croutons. Vollkornnudeln mit vegetarischer Bolognese.	Freitag (17.10.25) Knackiger Gurkensalat. Goldene Rösti mit Spiegelei und saisonalem Gemüse.	Freitag (24.10.25) Goldene Kurkuma Blumenkohlsuppe. Ofengebackene Cannelloni al forno mit reichhaltiger Füllung und Sauce.	Freitag (31.10.25) Pastina Suppe mit zarten Erbsen und süßen Karotten. Pita-Taschen mit gegültem Hähnchen, gemischtem Gemüse und Tzatziki.

Spezialitäten zum pädagogischen Monatsthema: Mongolien.

