**Wochenübersicht für die Woche vom 07. März bis zum 11. März 2022 (10. Woche)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Montag** | **Dienstag** | **Mittwoch** | **Donnerstag** | **Freitag** |
| Eierflockensuppe  Spaghetti Bolognese (R)  Gurkensalat mit Essig/ Öl-Dressing | Krustenbraten mit Brokkoli und Kräuterkartoffeln  Rote Grütze mit Vanillesoße | Bandnudeln\* mit Bohnengemüse der Provence  Tomatensalat mit Honig/ Senf-Dressing  Zitronen-Kräuter-Mousse  \*(mit getrockneten Tomaten, gewürzt mit Thymian, Oregano, Rosmarin, Basilikum) | Gemüseeintopf\* mit Nudeleinlage,  dazu Vollkornbrötchen mit Rucola-Pesto  \*(Bohnen, Lauch, Möhre) | Seelachsfilet  mit Tomate und Zwiebeln überbacken, dazu Kartoffeln mit Schnittlauchdip  Blattsalat mit Joghurtdressing  Quark-Puddingcreme mit frischem Obst |
| **Nährwerte:**  725 kcal / 3040 kJ | **Nährwerte**:  739 kcal / 3094 kJ | **Nährwerte**:  681 kcal / 2852 kJ | **Nährwerte**:  696 kcal / 2916 kJ | **Nährwerte**:  672 kcal / 2811 kJ |