MENUPLAN EFTERÅR OG VINTER 2023

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Kartoffel-porresuppe med suppehorn og bacon Kuvertbrød med smørelse Broccoli Æble Økologi: 97%	**Rugbrødspizza med tomat og ost** Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Veggie pølse Bondebrød med flødeost og kiwifrugt Tomat Gulerod Kiwifrugt Økologi: 95%	**Karrybagte rødbeder med ostecreme** Rugbrød med: - Fiskefrikadelle med remoulade - Æg med karse - Spegepølse Agurk Banan Økologi: 96%	**Fish and chips (Sprød fisk og kartofler)** Tartarsauce Klapsammen Ærter Pære Økologi: 95%	**Bland-selv pastasalat og frikadelle** Fuldkornspastaskruer Rød peber Agurk Ærter Majs Dressing Klapsammen Appelsin Økologi: 99%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Pasta med kødboller i tomatsovs Kuvertbrød med smørelse Spidskålssalat med æble og abrikos Økologi: 99%	**Indbagte kulmulestykker** Rugbrød med: - Torskerogn med remoulade - Tomat med karse - Leverpostej med rødbede Gulerod Banan Økologi: 99%	**Krudtuglegrød med jordbær og hasselnødder** Bondebrød med flødeost Ærter Kiwifrugt Økologi: 98%	**Indisk vintergryde med ris** Mango chutney Koriander Klapsammen Edamamebønner Appelsin Økologi: 97%	**Lune grøntsagsfrikadeller** Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Æg - Kalkunbryst Rød peber Blomkål Pære Økologi: 95%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Kokos-karrysuppe med fraiche og nudler Kuvertbrød med smørelse Edamamebønner Mangofrugt Økologi: 99%	**Sprøde kartoffelbåde med ketchup** Rugbrød med: - Fiskefrikadelle med remoulade - Veggie pølse Bondebrød med banan Broccoli Cherrytomater Økologi: 96%	**Kyllingesticks med citron og rosmarin** Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Ost - Kakaocreme Grønne bønner Rød peber Appelsin Økologi: 73%	**Pasta med fiskeboller og hvid sovs** Klapsammen Ærter Gulerod Æble Økologi: 99%	**Müslibar med dadler, kokos og mandler** Rugbrød med: - Torskerogn med remoulade - Spegepølse - Mango-karry spread Tomat Agurk Banan Økologi: 99%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Belugabolognese med pasta Gulerodsråkost med æble og rosiner Knækbrød med smørelse Ærter Økologi: 99%	**Fiskefrikadeller med remoulade** Rugbrød med: - Torskerogn - Figenpålæg - Flødeost Agurk Rød peber Appelsin Økologi: 99%	**Efterårsgrød med æble og kanel** Fiberskorpe med flødeost Gulerod Kiwifrugt Økologi: 100%	**Couscous med tomatsovs og kylling** Klapsammen Grønne bønner Æble Økologi: 71%	**Frugtsalat med mango, pære og banan** Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Leverpostej med rødbede Bondebrød med tomat-spread Majs Agurk Økologi: 99%

MODEL BA

FRU HANSENS KÆLDER

Forbehold for ændringer. Frugt og grønt skiftes efter sæson.
August 2023 www.fruhansenskaelder.dk