



Madglæde hele vejen gennem foråret og sommeren

Friskhed og velsmag er i centrum på den nye forårs- og sommermenu, hvor vi endnu en gang fylder tallerkenerne med rene råvarer, høj kvalitet og mindst 90 % økologi.



Vi holder fast i velkendte favoritter og introducerer nænsomt nye smage, så børnene får både tryghed og madmod i en og samme bid.



De kommende måneder kan ungerne se frem til alt fra kødboller i tomatsovs og klassisk ristaffel til vores egen nordiske favoritgrød, grøntsagstærte og en gammel kending, koldsskålsgrød.



Som forælder kan du have helt ro i maven omkring den mad som ungerne spiser, mens de er i vuggestue eller børnehave. Find den aktuelle menu, allergiinformation og meget mere på vores **hjemmeside**



Hvem er mest madmodig - dig eller dit barn?

Hver dag spiser dit barn sig mæt i bælgfrugter, grøntsager og økologisk mad i institutionen – det kan du være helt tryk ved. Men hvad med derhjemme, hvor modige er I egentlig der?

Alle de kloge siger, at vi skal spise flere bælgfrugter. De er sunde, mættende og klimavenlige, men alligevel er vi mange, der bøvler med dem. Det har vi i Fru Hansens Kælder arbejdet benhårdt på at ændre og i dag er bælgfrugter en fast del af vores menu - nogen gange skjulte, andre gange til at tage og føle på.

Det allersværeste er ofte at være modig nok, til at tage det første skridt. Det har dit barn allerede gjort - nu er det "bare" at følge efter derhjemme. En blød start kan være noget så simpelt som at blende linser i suppen, lave pålæg med kikærter eller brownie på sorte bønner.



Følg med på
instagram



Her deler vi bl.a. tips, opskrifter og små genveje til mere bælgfrugt i hverdagen. Det kan være du bliver klogere og måske endda lidt mere madmodig?