

8 UGERS MENUPLAN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Kylling i karry med ris Ristet rugbrød med smør Edamame bønner Cherrytomat Melon Økologi: 89%	Rugbrødspizza med pølse Rugbrød med - Makrel og mayonnaise - Figenpålæg Fuldkornsskorpe med - Hytteost Majs Ærter Æble	Fiskefrikadeller med kartofler og remouladesovs Rugbrød med flødeost Gulerod Grønne bønner Pære	Rugbrødspizza med pølse Rugbrød med - Makrel og mayonnaise - Figenpålæg Fuldkornsskorpe med - Hytteost Majs Ærter Æble	Grød med æbler og rugbrødsdrys Ristet rugbrød m. pikantost Gulerod Agurk Banan

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Gulerodssuppe Suppehorn Fraiche Æbletern Mørkt madbrød med smør Blomkål Peberfrugt Banan Økologi: 100%	Grøntsagsdelle Rugbrød med - Makrel og mayonnaise - Banan - Røget medister Peberfrugt Romanesco Gulerod Pære	Lasagne Spidskålssalat Mørkt kuvertbrød med smør Agurk Æble	Grøntsagsdelle Rugbrød med - Makrel og mayonnaise - Banan - Røget medister Peberfrugt Romanesco Gulerod Pære	Burger med kylling og karrydressing Kartoffelbåde Salat Agurk Tomat Melon

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Tortillapandekage med mexikansk fyld Ristet rugbrød m. flødeost Spidskål Edamame bønner Gulerod Melon Økologi: 88%	Kyllingenuggets Rugbrød med - Figenpålæg - Karrysild - Spegepølse m. remoulade Cherrytomat Grønne bønner Appelsin	Hamburgerryg med kartofler og stuvet grønt Rugbrød med hytteost Peberfrugt Æble	Kyllingenuggets Rugbrød med - Figenpålæg - Karrysild - Spegepølse m. remoulade Cherrytomat Grønne bønner Appelsin	Boghvede- og havregrød med jordbærgrød Ristet rugbrød m. bønnepuré Gulerod Banan

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Boller i karry og ris Spidskålsslaw Mørkt kuvertbrød med smør Melon Økologi: 89%	Fiskefingre med remoulade Rugbrød med - Kyllingleverpostej og rødbede - Pikantost - Torskerogn Agurk Gulerod Appelsin	Jordskoksuppe Ris Sprøde bacontern Mørkt kuvertbrød med smør Ærter Æble	Fiskefingre med remoulade Rugbrød med - Kyllingleverpostej og rødbede - Pikantost - Torskerogn Agurk Gulerod Appelsin	Vegetarisk bolognese med ris Gulerodsråkost Ristet rugbrød med smør Edamame bønner Banan

8 UGERS MENUPLAN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Bagt sej i tomatsovs og grøntsager med ris Ristet rugbrød med rød pesto Broccoli Appelsin Økologi: 100%	Medister med rødkål Rugbrød med - Kyllingekødpølse - Tomat - Makrel og mayonnaise Majs Peberfrugt Æble	Tærte med laks og spinat Rugbrød med - Kartoffel og mayonnaise - Leverpostej og asie - Stegte sild Gulerod Pære	Medister med rødkål Rugbrød med - Kyllingekødpølse - Tomat - Makrel og mayonnaise Majs Peberfrugt Æble	Krudtuglegrød med banan og honningristet havregryn Mørkt kuvertbrød med smør Gulerod Agurk

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Oksefrikadeller og Couscous Ristet rugbrød m. flødeost Ærter Cherrytomat Æble	Fiskenuggets med remoulade Rugbrød med - Oksepegepølse - Vegetarisk pålæg - Karrysild Blomkål Gulerod Pære	Kartoffel/selleri suppe Hønskødboller Mørkt kuvertbrød med smør Ærter Peberfrugt Banan	Fiskenuggets med remoulade Rugbrød med - Oksepegepølse - Vegetarisk pålæg - Karrysild Blomkål Gulerod Pære	Hønsfrikassé med kartofler Rødbederåkost Ristet rugbrød m. pikantost Melon

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Bolognese med pasta Gulerodsråkost Mørkt kuvertbrød med smør Edamame bønner Appelsin	Kyllingenuggets med ærtepuré Rugbrød med - Torskerogn og remoulade - Oksepegepølse - Smørepålæg med kakao Grønne bønner Majs Æble	Kylling med Couscous Mørkt kuvertbrød med smør Gulerod Peberfrugt Pære	Kyllingenuggets med ærtepuré Rugbrød med - Torskerogn og remoulade - Oksepegepølse - Smørepålæg med kakao Grønne bønner Majs Æble	Havre- og speltgrød med æblemos Mørkt madbrød med flødeost Ærter Banan

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Tomatsuppe Suppehorn Creme fraiche Ristet rugbrød med flødeost Broccoli Gulerod Melon	Falafler med pestodressing Rugbrød med: - Torskerognssalat - Vegetarisk smørepålæg - Spegepølse m. remoulade Gulerod Ærter Banan	Indbagt sejfilet med ris og karrysovs Rugbrød med flødeost Majs Agurk Æble	Falafler med pestodressing Rugbrød med: - Torskerognssalat - Vegetarisk smørepålæg - Spegepølse m. remoulade Gulerod Ærter Banan	Mexikansk gryde med bulgur Rugbrød med hummus Grønne bønner Peberfrugt Pære