

MENU UGE 24

Krebsdyr (K) Nødder (N) Laktose (L) Gluten (G)

Mandag

Pinse

Tirsdag

Varm ret
Salater

Pulled BBQ-veggie med ½ bagt kartoffel hertil urtedressing
Blomkåls-tzatziki med ristede kerner (L)
Krydrede kikærter med spidskål og soltørret tomat
Balsamicodressing

Pålæg

Makrel i tomat med mayonnaise
Leverpostej(G) med syltede rødbeder
Kyllingefrikadeller(G)(L) med hytteost(L)

Onsdag

Varm ret
Salater

Spicy bønnegryde med tomat og kartoffel, hertil ris
Sprød salat af hjertesalat, agurk, grøn peberfrugt, dild og radiser
Søde kartofler, hvid quinoa, kikærter og persille
Hvidløgsdressing (L)

Pålæg

Russisk salat(L)
Kalvecuvette med bearnaise creme(L)
Udvalgte oste (L) med druer

Torsdag

Varm ret
Salater

Thai-nudler med stegte grøntsager og bønner (G)
Salat med tomat, grøn peberfrugt, agurk, rødløg, feta og sort oliven (L)
Rødkål salat med appelsin, kerner og syrlig honning vinaigrette
Æblevinaigrette

Pålæg

Skinkesalat
Fiskefilet(G) med remoulade
Æg med urtemayonnaise

Kage

Dagens kage (G)(L)(N)

Fredag

Varm ret
Salater

Butternut squash-curry med bønner, hertil ris
Pastasalat med mozzarella, rucola, peanuts og pesto (G,L,N)
Hjertesalat, romain, rødløg, ærter, crouton og mormor-dressing(L,G)
Bærvinaigrette (L)

Pålæg

Hønsesalat
Kartoffelmad med mayo og rødløg
Røget laks med urtecreme(L)

Dagligt

Rugbrød (G) og dagens hjemmebagte brød (G)