

8 UGERS MENUPLAN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Vegetarisk bolognese med ris Fuldkornsflute Edamame bønner Cherrytomat Vindruer Økologi: 80%	Kyllingenuggets Rugbrød med: - Laksesalat - Jægerpølse - Avocado Majs Romanesco Æble	Grøntsagsdelle Rugbrød med: - Oksepegepølse - Torskerogn og remoulade - Æg Grønne bønner Gulerod Banan Økologi: 100%	Focaccia med ost og tomat Rugbrød med: - Kyllingleverpostej - Makrel og mayonnaise - Figenpålæg Agurk Broccoli Appelsin Økologi: 100%	Pita med oksefrikadeller og rød dressing Spidskål Majs Ærter Pære Økologi: 100%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Tomatsuppe med suppehorn og creme fraiche Fuldkornsflute Majs Broccoli Vindruer Økologi: 93%	Kartoffelpandekage med tzatziki Rugbrød med: - Kyllingekødpølse - Makrel og mayonnaise - Ost Grønne bønner Peberfrugt Kiwi	Oksefrikadelle med rød-bede Rugbrød med: - Rejer og mayonnaise - Leverpostej - Tomat Agurk Glaskål Æble Økologi: 100%	Æggekage med squash Rugbrød med: - Mild spegepølse - Banan - Torskerogn og remoulade Kinaradise Gulerod Pære Økologi: 88%	Tortillapandekage med mexikansk fyld Spidskål Majs Edamame bønner Ristet rugbrød med flødeost Melon Økologi: 65%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Fiskefrikadeller med kartofler og stuvet spinat Rugbrød med: - Hytteost Grønne bønner Gulerod Melon Økologi: 64%	Tærte med broccoli og feta Rugbrød med: - Sønderjysk spegepølse - Torskerogn og remoulade Klapsammen Ærter Cherrytomat Pære	Stegt kylling Rugbrød med: - Kalkunbryst - Laksesalat - Pikantost Agurk Peberfrugt Æble Økologi: 73%	Japanske kødboller Rugbrød med: - Jægerpølse - Karrysild - Æg Majs Avocado Vindruer Økologi: 65%	Burger med fiskefilet Kartoffelbåde Gul dressing Salat Gulerod Kiwi Økologi: 71%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Bolognese med pasta Fuldkornsflute Edamame bønner Peberfrugt Banan Økologi: 91%	Medister med rødkål Rugbrød med: - Kyllingleverpostej - Æg - Torskerogn og remoulade Agurk Gulerod Appelsin	Kartoffelbåde med pestodressing Rugbrød med: - Makrel og mayonnaise - Hamburgerryg og italiensk salat - Figenpålæg Glaskål Ærter Æble Økologi: 75%	Røget ørred med rørag Rugbrød med: - Fiskedelle og remoulade - Avocado - Jægerpølse Majs Tomat Pære Økologi: 76%	Kruttuglegrød med æblemos Rugbrød med: - Leverpostej Gulerod Agurk Banan Økologi: 100%

8 UGERS MENUPLAN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Mexikansk gryde med ris Rugbrød med: - Pikantost Ærter Broccoli Appelsin Økologi: 100%	Tærte med tomat og hytteost Rugbrød med: - Makrel og mayonnaise - Oksepegepølse Klapsammen Grønne bønner Agurk Banan Økologi: 100%	Mini rösti med grov karrydressing Rugbrød med: - Kyllingekødpølse - Fiskedelle og remoulade - Tomat Gulerod Romanesco Kiwi Økologi: 91%	Fiskefilet Rugbrød med: - Torskerogn og remoulade - Kyllingebryst - Ost Ærter Peberfrugt Æble Økologi: 94%	Pita med falafel Salat Gulerod Rød dressing Peberfrugt Melon Økologi: 88%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Boller i tomatsovs med bulgur Fuldkornsflute Salat med mormor-dressing Majs Æble Økologi: 99%	Taco med kød og kål Tomat Creme fraiche Rugbrød med: - Karrysild - Æg Gulerod Broccoli Vindruer Økologi: 76%	Grøntsagsdelle med pastasalat Fuldkornsflute Agurk Peberfrugt Kiwi Økologi: 99%	Bagte gulerødder med dilledressing Rugbrød med: - Kalkunbryst - Figenpålæg - Makrel og mayonnaise Cherrytomat Romanesco Melon Økologi: 76%	Stegt kylling med ris Tzatziki Tortillapandekage Gulerod Peberfrugt Appelsin Økologi: 48%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Cottage Pie Fuldkornsflute Gulerodsråkost Edamame bønner Banan Økologi: 92%	Kyllette med ærtepuré Rugbrød med: - Sønderjysk spegepølse - Makrel og mayonnaise - Agurk Cherrytomat Romanesco Melon Økologi: 66%	Fiskefrikadeller med remoulade Rugbrød med: - Hamburgerryg - Flødeost - Ørredsalat Peberfrugt Gulerod Pære Økologi: 87%	Soufflé med broccoli og gulerod Rugbrød med: - Torskerognssalat - Kyllingekødpølse Klapsammen Blomkål Majs Æble Økologi: 99%	Tærte med porre og chorizo Rugbrød med: - Rejer og mayonnaise - Leverpostej og rødbede Klapsammen Ærter Glaskål Appelsin Økologi: 98%

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Boller i karry med ris Spidskålsslaw Klapsammen Melon Økologi: 87%	Pølsehorn med ketchup Rugbrød med: - Kalkunbryst - Fiskedelle og remoulade - Æggesalat Gulerod Ærter Banan Økologi: 94%	Bagte rødbeder med sennepsdressing Rugbrød med: - Makrel og mayonnaise - Oksepegepølse - Flødeost Majs Agurk Kiwi Økologi: 100%	Pastasalat med kylling Rugbrød med: - Torskerogn og remoulade - Ost Klapsammen Cherrytomat Avocado Appelsin Økologi: 89%	Græske frikadeller Tzatziki Ovnstegte kartofler Fuldkornsflute Salat af tomat og agurk Pære Økologi: 46%