

8 UGERS MENUPLAN

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Vegetarisk bolognese med rodfrugtmos Fuldkornsflute Edamame bønner Cherrytomat Vindruer Økologi: 84%	Kyllingenuggets Rugbrød med: - Laksesalat - Jægerpølse - Avocado Majs Romanesco Æble Økologi: 57%	Hamburgerryg med kartofler og stuvet spinat Rugbrød med: - Flødeost Gulerod Banan Økologi: 70%	Foccacia med ost og tomat Rugbrød med: - Kyllingeleverpostej - 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 Økologi: 94%	Fiskefrikadeller med bulgur og grov karrydressing Rugbrød med: - Hytteost og æble Ærter Cherrytomat Banan Økologi: 99%	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 Økologi: 98%	Lasagne Coleslaw Fuldkornsflute Appelsin Økologi: 99%	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: - Kyllingeleverpostej - Æg - Torskerogn og remoulade Agurk Gulerod Appelsin Økologi: 100%	Kartoffelsuppe Bacon Kikærter med pesto Ristet rugbrød med flødeost Broccoli Kinaradise Æble Økologi: 96%	Røget ørred med røræg Rugbrød med: - Fiskedelle og remoulade - Avocado - Jægerpølse Majs Cherrytomat Pære Økologi: 76%	Frikadeller med stuede grøntsager Kartoffelbåde Rugbrød med: - Flødeost Peberfrugt Melon Økologi: 60%



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%	Varmrøget laks med kartofler og dilledressing Klapsammen Gulerod Romanesco Kiwi Økologi: 36%	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%	Rødfrugtsuppe med kyllingekødboller Fuldkornsflute Hvidløgs croutoner Agurk Ærter Banan Økologi: 94%	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 Gulerods råkøst Edamame bønner Banan Økologi: 92%	Kyllette med ærtepuré Rugbrød med: - Sønderjysk spegepølse - Makrel og mayonnaise - Agurk Cherrytomat Romanesco Melon Økologi: 66%	Oksefrikadeller med kartoffelsalat Rødbederåkost Klapsammen Pære Økologi: 100%	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%	Blomkålssuppe Hvidløgs croutoner Ristet rugbrød med flødeost Gulerod Ærter Kiwi Økologi: 95%	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%