



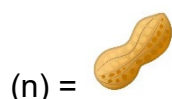
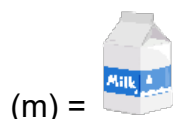
MENUPLAN 1 –

Frokost

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Alm.	Rugbrød med smør (m) Røget laks 1/2 æg (æ) Oksesalami med syltet squash Hummus med frisk basilikum (n*) 1 x grøntsack	Boller i karry (m) (æ) med ris Ananaschutney og hel krydderurt til drys Gulerodssalat med søde rosiner Sesam til drys (n*) Limedressing ved siden af	Urte-delle med selleri og parmesan (m) (æ) Råkost af sommerkål og rosiner Frisk citrondressing ved siden af 1 skive rugbrød med flødeost (m)	Rugbrød med smør (m) Fiskesalat (m) Kogt kartoffel med urtemayo (æ) Leverpostej (m) med syltet rødbede 1 x grøntsack	Tomatsuppe med bagt gulerod og grønne linser (m) Creme fraiche (m) og hel krydderurt til drys Grovrød 1 x grøntsack
Halal	Rugbrød med smør (m) Røget laks 1/2 æg (æ) Oksesalami (halal) med syltet squash Hummus med frisk basilikum (n*) 1 x grøntsack	Boller i karry (halal) (m) (æ) med ris Ananaschutney og hel krydderurt til drys Gulerodssalat med søde rosiner Sesam til drys (n*) Limedressing ved siden af	Urte-delle med selleri og parmesan (m) (æ) Råkost af sommerkål og rosiner Frisk citrondressing ved siden af 1 skive rugbrød med flødeost (m)	Rugbrød med smør (m) Fiskesalat (m) Kogt kartoffel med urtemayo (æ) Kalvepostej (halal) (m) med syltet rødbede 1 x grøntsack	Tomatsuppe med bagt gulerod og grønne linser (m) Creme fraiche (m) og hel krydderurt til drys Grovrød 1 x grøntsack
Vegetar	Rugbrød med smør (m) 1 kogt æg med mayonnaise (æ) Hummus med frisk basilikum (n*) Ost (m) med syltet squash 1 x grøntsack	Boller i karry (vegetarisk) (m) (æ) med ris Ananaschutney og hel krydderurt til drys Gulerodssalat med søde rosiner Sesam til drys (n*) Limedressing ved siden af	Urte-delle med selleri og parmesan (m) (æ) Råkost af sommerkål og rosiner Frisk citrondressing ved siden af 1 skive rugbrød med flødeost (m)	Rugbrød med smør (m) Kogt kartoffel med urtemayo (æ) Nøddepostej (n) med syltet rødbede Gulerodshummus (n*) Ostestang (m) 1 x grøntsack	Tomatsuppe med bagt gulerod og grønne linser (m) Creme fraiche (m) og hel krydderurt til drys Grovrød 1 x grøntsack

Eftermiddagsmad

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Eftermiddag	1 knækbrød med broccotella 1 x grøntsack Mælk (m)	Pizza med mozzarella og pesto (m) (n) ½ stk. frugt Mælk (m)	Vaniljebagt ananas med græsk yoghurt (m) og knas af havre og kerner (n*) Mælk (m)	Hjemmebagt bolle med smør (m) ½ stk. frugt Mælk (m)	1 skive rugbrød med ost og persille/mandel pesto (n) 1 x grøntsack Mælk (m)



(n*) = sesamfrø

