



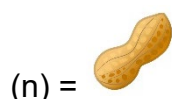
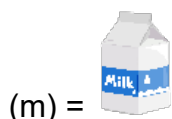
MENUPLAN 1 – UGE 35, 39, 43 OG 47

Frokost

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Grøn	Rugbrød med smør (m) Nøddepostej af linser, jordnødder og solsikkekerner (n) Cremet fennikelsalat med æble og karry (m) (æ) 1 stk. kogt æg (æ) Broccoli Æble	Kikærtepakora med gulerod og kartoffel Bland selv salat: Bagte rødbeder Perlespelt Krydderurtecreme med dild og purløg (m) Gulerod Pære	Selleridelle med persille og parmesan (m) (æ) Græskarhummus (n)* Bland selv salat: Pasta Mozzarella (m) Edamamebønner Blomme	Rugbrød med smør (m) Urte-delle (m) (æ) og rodfrugtemoulade (m) (æ) Stegt aubergine Æggesalat med kartofler (m) (æ) Agurk Æble	Cremet karrysuppe med orange linser (m) Persilledrys og creme fraiche (m) Hjemmebagt grovbrød Råkost med revet gulerod og rosin Banan
Kød/Fisk	Rugbrød med smør (m) Leverpostej (m) og stegt bacon Rørt laksepålæg med karry (m) (æ) 1 stk. kogt æg (æ) Broccoli Æble	Bagt torvefisk med citron Bland selv salat: Bagte rødbeder Perlespelt Krydderurtecreme med dild og purløg (m) Gulerod Pære	Selleridelle med persille og parmesan (m) (æ) Græskarhummus (n)* Bland selv salat: Pasta Mozzarella (m) Edamamebønner Blomme	Rugbrød med smør (m) Fiskedelle (m) (æ) og rodfrugtemoulade (m) (æ) Rullepølse Æggesalat med kartofler (m) (æ) Agurk Æble	Cremet karrysuppe med orange linser (m) Persilledrys og creme fraiche (m) Hjemmebagt grovbrød Råkost med revet gulerod og rosin Banan
Halal	Rugbrød med smør (m) Kalvepostej (halal) og stegt kalkunbacon Rørt laksepålæg med karry (m) (æ) 1 stk. kogt æg (æ) Broccoli Æble	Bagt torvefisk med citron Bland selv salat: Bagte rødbeder Perlespelt Krydderurtecreme med dild og purløg (m) Gulerod Pære	Selleridelle med persille og parmesan (m) (æ) Græskarhummus (n)* Bland selv salat: Pasta Mozzarella (m) Edamamebønner Blomme	Rugbrød med smør (m) Fiskedelle (m) (æ) og rodfrugtemoulade (m) (æ) Kalkunspegepølse Æggesalat med kartofler (m) (æ) Agurk Æble	Cremet karrysuppe med orange linser (m) Persilledrys og creme fraiche (m) Hjemmebagt grovbrød Råkost med revet gulerod og rosin Banan

Eftermiddagsmad

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Eftermiddag	Rugbrødsbolle med rosin og gulerod 1 x grøntsack Mælk (m)	Rugbrød med ost (m) ½ stk. frugt Mælk (m)	Knækbrød med abrikospålæg (n) 1 x grøntsack Mælk (m)	Spinatsnegl (m) (n) (kan med fordel varmes) ½ stk. frugt Mælk (m)	1 skive rugbrød med kartoffelhummus (n)* ½ stk. frugt Mælk (m)



(n)* = sesamfrø

