



# MENUPLAN – UGE 38

## Frokost

	Mandag Smør selv	Tirsdag Varm ret	Onsdag Kold ret	Torsdag Smør selv	Fredag Varm ret
Grøn	Nøddepostej (N) med syltede rødbeder  Hytteost med æble (M)  Græskarhummus (N*)  Æble med hummus (N*)  Rød peberfrugt Æble	Lasagne med spinat (M)  Gulerods og agurkestænger  Hjemmebagt grovbrød	Majsfrikadelle (Æ)  Perlespelt med urter og rodfrugter  Focaccia brød  Æble	Smørbart pålæg af rodfrugter og kartoffel  Æg med mayo (Æ)  Frugtpålæg  Tomat med mayo (Æ)  Broccoli Cherry tomat	Dahl med aubergine og spinat  Raita med agurk (M)  Indisk brød med sesam- og nigellafrø  Gulerod Æble
Kød/fisk	Leverpostej (M) med syltede rødbeder  Hytteost med æble (M)  Græskarhummus (N*)  Æble med hummus (N*)  Rød peberfrugt Æble	Fiskelasagne med spinat (M)  Gulerods og agurkestænger  Hjemmebagt grovbrød	Majsfrikadelle (Æ)  Perlespelt med urter og rodfrugter  Focaccia brød  Æble	Cremet torskbrandade med kartoffel  Æg med mayo (Æ)  Landskinke  Tomat med mayo (Æ)  Broccoli Cherry tomat	Dahl med aubergine og spinat  Raita med agurk (M)  Indisk brød med sesam- og nigellafrø  Gulerod Æble
Halal	Kalvepostej (M) med syltede rødbeder  Hytteost med æble (M)  Græskarhummus (N*)  Æble med hummus (N*)  <b>Grønt</b> Rød peberfrugt Æble	Fiskelasagne med spinat (M)  Gulerods og agurkestænger  Hjemmebagt grovbrød	Majsfrikadelle (Æ)  Perlespelt med urter og rodfrugter  Focaccia brød  Æble	Cremet torskbrandade med kartoffel  Æg med mayo (Æ)  Kalkunbryst  Tomat med mayo (Æ)  <b>Grønt</b> Broccoli Cherry tomat	Dahl med aubergine og spinat  Raita med agurk (M)  Indisk brød med sesam- og nigellafrø  Gulerod Æble

## Eftermiddagsmad

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
	Knækbrød med smøreost (M)  Tomat  Mælk (M)	Rugbrød med frugtpålæg  Pære  Mælk (M)	Yoghurt (M) med bagte blommer og rugknas  Mælk (M)	Surdejsbolle (M) med æblesmør (M)  Agurk  Mælk (M)	Rugbrød med kikærtenuella  Banan  Mælk (M)

### ALLERGENER PÅ MENUEN



ÆG (Æ)



MÆLK (M)



NØDDER (N)



SESAMFRØ (N\*)