

Mandag

INDISK MAKHANIGRYDE MED SPIDSKÅLSSALAT OG RIS



Indisk makhanigryde (LM) **V**
Fuldkornsrís (*G, *SF, *SO)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
med smørelse
Spidskålssalat med æble og tranebær



Tirsdag

SMØRSELV OG SPINATDELLER

Spinatdeller **V**
Rugbrød (G) med smørelse
Makrel i tomat (F) **F**
med mayonnaise (Æ)
Kyllingeleverpostej (G) **F H**
med rødbede
Knækbrød (G, *SF) med ost (M)
Edamamebønner (SO)
Agurk
Blomme

Onsdag

FAVORITGRØD MED APPELSIN OG GULEROD



Favoritgrød med
appelsin og gulerod (G, M)
Appelsinsauce
Ristede græskarkerner (*N)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
med flødeost (M)
Broccoli
Cherrytomater
Banan



Torsdag

KULMULESTYKKER MED KNUSTE KARTOFLER OG DILDDRESSING

Kulmulestykker (F, G, SL, SO) **F**
Knuste kartofler med parmesan (M)
Dilddressing (M)
Rugbrød (G) med smørelse
Grønne bønner
Majs
Appelsin

Fredag

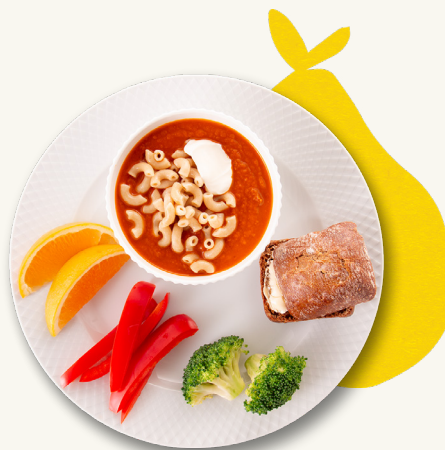
SMØRSELV OG KARTOFFELRÖSTI



Kartoffelrösti **V**
Rugbrød (G) med smørelse
Fiskefrikadelle (F, G, SL) **F**
med remoulade (Æ, SN)
Kyllingekødpølse **F**
Bananmad
Ærter
Gulerod
Cantaloupemelon

Mandag

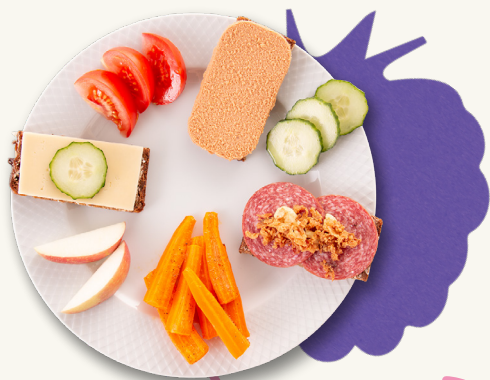
TOMATSUPPE MED SUPPEHORN OG CREME FRAICHE



Tomatsuppe **V**
Suppehorn (G, *SN, *SO)
Creme fraiche (M)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
med smørelse
Broccoli
Rød peber
Appelsin

Tirsdag

SMØRSELV OG BAGTE GULERØDDER



Bagte gulerødder
Rugbrød (G) med smørelse
Torskerogn (F) **F**
Spegepølse **G** med remoulade (Æ, SN)
og ristede løg (G)
Ost (M)
Tomat
Agurk
Æble

Onsdag

FISKEFRIKADELLER MED KARTOFLER OG REMOULADESOVS



Fiskefrikadeller (F, G, SL) **F**
Kartofler
Remouladesovs (LM, SL, SO, Æ, SN)
Ærteskud
Rugbrød (G) med smørelse
Ærter
Rød peber
Banan

Torsdag

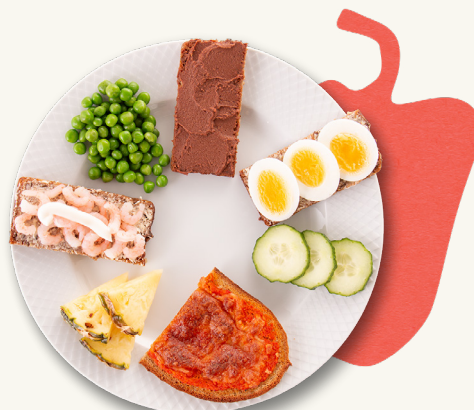
KØDBOLLER I RØD KARRY MED BULGUR



Kødboller i rød karry (SL) **H F**
Bulgur (G)
Persille
Rødbederåkost med æble
og græskarkerner (*N)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
med smørelse

Fredag

SMØRSELV OG TOMATBRØD



Tomatbrød (G, SL, M)
Rugbrød (G) med smørelse
Rejer (K) **F** med mayonnaise (Æ)
Peanut-kakaocreme (J, N)
Æg (Æ)
Ærter
Agurk
Ananas

Mandag

BELUGABOLOGNESE MED PASTA OG RÅKOST



Belugabolognese (SL) **V**
 Fuldkornspastaskruer (G, *SN, *SO)
 Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
 med smørelse
 Gulerodsråkost med æbler
 og tranebær



Tirsdag

SMØRSELV OG KRYDREDE TORSKEBIDDER

Krydrede torskebidder (F, G) **F**
 Rugbrød (G) med smørelse
 Makrel i tomat (F) **F**
 med mayonnaise (Æ)
 Kartoffel med mayonnaise (Æ)
 og ristede løg (G)
 Kyllingekødpølse **F**
 Agurk
 Majs
 Pære

Onsdag

EFTERÅRSGRØD MED ÆBLEKOMPOT



Efterårsgrød (G, M)
 med æblekompot
 Rugbrød (G) med flødeost (M)
 Ærter
 Rød peber
 Æble



Torsdag

FRIKADELLE MED MOS OG SVAMPESOV

Frikadelle (SL) **F H**
 Kartoffel-gulerodsmos **V**
 Svampesovs (LM, SL) **V**
 Syltet græskar
 Rugbrød (G) med smørelse
 Ærter
 Gulerod
 Appelsin

Fredag

SMØRSELV OG PESTOBAGT BLOMKÅL



Pestobagt blomkål (M, N, *SO) **V**
 Rugbrød (G) med smørelse
 Fiskefilet (F, G) **F**
 med remoulade (Æ, SN)
 Kyllingleverpostej (G) **F H**
 Figenpålæg
 Agurk
 Rød peber
 Banan

Mandag

BLOMKÅLSSUPPE MED GRÆSKARKERNER OG CROUTONER



Blomkålssuppe (SL, SO) **V**
Ristede græskarkerner (*N)
CROUTONER (G)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF, *SN, *SO)
med smørelse
Gulerødder
Ærter
Pære

Tirsdag

SMØRSELV OG BAGTE RØDBEDER MED DIP



Bagte rødbeder med dip (M)
Rugbrød (G) med smørelse
Fiskefrikadelle (F, G, SL) **F**
med remoulade (Æ, SN)
Spegepølse **G**
Knækbrød (G, *SF)
med Kik-kakaocreme (N)
Agurk
Majs
Cantaloupemelon

Onsdag

FISKEFILET MED KARRYSOVS OG HAVRERIS



Fiskefilet (F, G) **F**
Havreris (G)
Karrysovs (SL) **V**
Rugbrød (G) med smørelse
Tomat
Edamamebønner (SO)
Kiwifrugt

Torsdag

QUINOAKUGLER MED KARTOFFLER I FAD



Quinoakugler **V**
Kartofler i fad (M)
Rugbrød (G) med smørelse
Broccoli
Rød peber
Banan

Fredag

SMØRSELV OG SPELT-ALA-MANDE MED KIRSEBÆRSOVS



Spelt-ala-mande (N, M, G, *SN, *SF, *SO)
med kirsebærsovs og ristede mandler (N)
Rugbrød (G) med smørelse
Torskerogn (F) **F**
Æg (Æ) med mayonnaise (Æ)
Hummus (SF)
Agurk
Gulerod
Æble