

# MENUPLAN EFTERÅR OG VINTER 2022

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Tomatsuppe med suppehorn</b>  Kuvertbrød m. smørelse Gulerod Kiwi  Økologi: 99%	<b>Torskebidder</b>  Rugbrød med: - Karrysild - Postej og rødbede Kernetoast med: - Æg og karse Blomkål Tomat Pære  Økologi: 87%	<b>Frikadeller med stuvet hvidskål</b>  Klapsammen Rugbrød med: - Makrel i tomat - Figenpålæg Gulerod Agurk Appelsin  Økologi: 99%	<b>Torsk i hvid sovs med pasta</b>  Klapsammen Ærter Æble  Økologi: 99%	<b>Omelet med ost</b>  Rugbrød med: - Torskerogn og remoulade - Tun-fri salat - Kyllingekødpølse Tomat Agurk Banan  Økologi: 80%



MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Paprikagryde med rodfrugtmos</b>  Knækbrød med smørelse Grønne bønner Majs Ananas  Økologi: 99%	<b>Kartoffelbåde med ketchup</b>  Rugbrød med: - Rejer og mayonnaise - Æg - Kyllingekødpølse Broccoli Tomat Appelsin  Økologi: 99%	<b>Fiskefrikadeller med remoulade</b>  Klapsammen Rugbrød med: - Torskerogn - Hamburgerryg Hummus Agurk Gulerod Rød peber Banan  Økologi: 93%	<b>Sejfilet med kartofler og remouladesovs</b>  Klapsammen Rødkålssalat med æble Ærter  Økologi: 81%	<b>Bagel med blåbærflødeost</b>  Rugbrød med: - Makrel i tomat og mayonnaise - Veggiepålæg - Spegepølse Gul peber Agurk Kiwi  Økologi: 95%



MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Kartoffel-porresuppe med fraiche og knas</b>  Kuvertbrød m. smørelse Ærter Æble  Økologi: 99%	<b>Pizzabrød med tomat og ost</b>  Rugbrød med: - Fiskefrikadelle og remoulade - Postej og rødbede - Ost Grønne bønner Gulerod Melon  Økologi: 87%	<b>Kyllingebidder</b>  Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Æg - Pikantost Majs Broccoli Æble  Økologi: 77%	<b>Daal med ris</b>  Raita (Agurke-dip) Kernetoast Tomat Appelsin  Økologi: 100%	<b>Rød tortilla med hummus og falafel</b>  Rugbrød med: - Torskerogn og remoulade - Banan - Kyllingekødpølse Spidskål Agurk  Økologi: 87%



MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
<b>Mexigryde med bulgur og lime</b>  Majschips med fraiche Råkost med æble Grønne bønner  Økologi: 100%	<b>Empanadas med grøntsagsfyld</b>  Rugbrød med: - Torskerogn og remoulade - Kyllingeleverpostej og rødbede Knækbrød med banancreme Broccoli Rød peber Pære  Økologi: 99%	<b>Fiskestænger (af ising)</b>  Rugbrød med: - Makrel i tomat med mayonnaise - Spegepølse Bondebrød med flødeost Agurk Majs Æble  Økologi: 99%	<b>Veggieburger med gnavegrønt</b>  Salat Tomat Dressing Agurk Gulerod Banan  Økologi: 100%	<b>Spelt emmer grød med ananastern og knas</b>  Fuldkornsskorpe med smørelse Agurk Æble  Økologi: 99%

