

MANDAG

TOMATSUPPE
MED SUPPEHORN



Tomatsuppe (LM, SL)
Suppehorn (G, *SN, *SO)
Kuvertbrød (G, *M, *Æ, *SF)
Smørelse
Ærter
Appelsin



TIRSDAG


SMØRSELV MED
SPELTI-FRUTTI

Spelti-frutti (M, G, *SF, *SO, *SN)
Jordbægrød
Rugbrød (G)
Smørelse
Makrel i tomat (F)
med mayonnaise (Æ)
Mango-karry spread (SN)
Knækbrød (G, *SF) med ost (M)
Grønne bønner
Blomkål
Vandmelon

ONSDAG

VARM KARTOFFELSALAT
OG GRÆSKE FRIKADELLER



Kartoffelsalat med kartofler, tomat,
agurk, rød peber, salatost (M) og
persille
Dressing (M, SN)
Græske frikadeller (M) 
Rugbrød (G)
Smørelse
Banan



TORSdag

MASSAMAN CURRY MED
BULGUR, FRAICHE OG
KORIANDER

Massaman curry (G, J, N)
Bulgur (G, *J, *N, *SF)
Fraiche (M)
Koriander
Naanbrød (G, M)
Majs
Æble

FREDAG

SMØRSELV MED
GOUJONS (AF ISINGFILET)




Goujons (G, F, *M, *SO, *K)
Rugbrød (G)
Smørelse
Torskerogn (F)
med remoulade (G, Æ, SN)
Æg (Æ) og karse
Kyllingepostej (LM) med rødbede
Gulerod
Rød peber
Pære

MANDAG

**HØNSEFRIKASSÉ MED
ÆRTER OG GULERØDDER,
KARTOFLER OG PERSILLE**



Hønsfrikassé (LM, SL, SO) 
Ærter og gulerødder
Kartofler
Persille
Knækbrød (G,*SF) med smørelse
Æble



TIRSDAG

**SMØRSELV MED
BROCCOLITÆRTE
MED BACON**

Broccolitærte (G, M, Æ)
Rugbrød (G)
Smørelse
Fiskefrikadelle (F, SL, *G)
med remoulade (G, Æ, SN)
Ost (M)
Figenpålæg (*J, *N)
Rød peber
Agurk
Hønningmelon

ONSDAG

**KOLDSKÅLSGRØD
MED RØDGRØD**



Koldskålsgrød (G, M, Æ)
Rødgrød
Bondebød (G,*SF)
med flødeost (M)
Gulerod
Kiwifrugt



TORSdag

**FISKEBURGER MED
KARTOFFELBÅDE**

Burgerbolle (G,*SF)
Fiskeburger (F, G)
Kartoffelbåde (SN)
Aioli (Æ) og ketchup (SL)
Iceberg salat
Tomat
Agurk
Æble

FREDAG

**SMØRSELV MED
PØSEHORN
OG KETCHUP**



Pøsehorn (G, Æ, *M, *N)
Ketchup (SL)
Rugbrød (G)
Smørelse
Makrel i tomat (F)
med mayonnaise (Æ)
Flødeost (M)
Banan
Broccoli
Cherrytomat
Blomme

MANDAG

**BUTTERNUT/GULERODSSUPPE
MED NUDLER**



Butternut/gulerodssuppe
Fuldkornsnudler (G,*Æ)
Græskarkerner (*N)
Kuvertbrød (G,*M,*Æ,*SF)
Pesto (M, N, *SO)
Ærter
Æble



TIRSDAG

**SMØRSELV MED
BYG SELV-PASTASALAT**

Pastasalat med fuldkornsskruer (G),
gulerod, majs, edamamebønner (SO)
og bacon
Rugbrød (G)
Smørrelse
Rejer (K, F)
Oksespegepølse med
remoulade (G,Æ,SN) og ristede løg (G)
Tomat og karse
Pære

ONSDAG

**SPANSK KARTOFFEL
TORTILLA MED SPINAT**




Spansk tortilla (Æ) med
kartofler og spinat
Rugbrød (G)
Flødeost (M)
Tomat
Banan



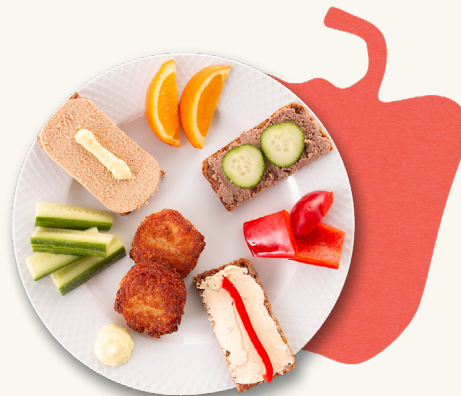
TORSdag

**KYLLING I KARRY
MED RIS**

Kylling i karry (LM, SN, SL) 
Brune ris (*G, *SO, *SF)
Rugbrød (G)
Smørrelse
Broccoli
Vandmelon

FREDAG

**SMØRSELV MED
FISKEFRIKADELLER**



Fiskefrikadeller (F, SL, *G)
Remoulade (G,Æ, SN)
Rugbrød (G)
Smørrelse
Torskerogn (F)
med remoulade (G,Æ, SN)
Kyllingepostej (LM)
Pikantost (M)
Rød peber
Agurk
Appelsin

MANDAG

**LASAGNETTE MED
GULERODSRÅKOST**



Lasagnette (G, LM, SL)
Gulerodsråkost med rosiner (*N)
Kuvertbrød (G,*M,*Æ,*SF)
Smørelse
Kiwifrugt



TIRSDAG

**SMØRELSE MED
PIZZABRØD**

Pizzabrød (G, *SF, M)
Rugbrød (G)
Smørelse
Karrysild (F, Æ, SL)
Kalkunbryst
Kartoffel med mayonnaise (Æ)
og ristede løg (G)
Grønne bønner
Tomat
Ananas

ONSDAG

**SOMMERRISENGRØD
MED ÆBLE, MANDLER
OG KOKOS**



Sommerrisengrød af grødris,
havregryn (G), havdrik (G),
speltflager (G,*J,*SO,*N,*SF)
dadler og solsikkekerner
Topping af æblemos, mandler (N)
og kokos (*N)
Rugbrød (G)
Smørelse
Agurk
Galia melon



TORSdag

**FISKEFILET MED CITRON,
KARTOFLER OG
PERSILLESOVS**

Fiskefilet (F, G, M, *J)
Citron
Kartofler
Persillesovs (LM, SL, SO)
Bondebrød (G,*SF) med smørelse
Ærter
Æble

FREDAG

**SMØRELSE MED
BAGTE GULERØDDER**



Bagte gulerødder
Rugbrød (G)
Smørelse
Fiskefrikadelle (F, SL, *G)
med remoulade (G, Æ, SN)
Æg (Æ) og karse
Fransk paté
Broccoli
Rød peber
Appelsin