



Uge 21


Mandag

Varm ret:	Smokey Bbq cuvette med cajunspices, stegte løg og peberfrugter
Vegetar:	Grøntsagsfarsbrød med svampe, sorte bønner, salatost, majs og forårsløg
Vegan:	Grøntsagsfarsbrød med svampe, sorte bønner, majs, tofu og forårsløg
Spread og tilbehør:	Chimichurri Knuste kartofler med citron, forårsløg og grana padano
Salat:	Caesar salat med grønkål, grana padano og rugbrødscROUTONER
Pålæg:	Laksesalat med asparges og dild Rosmarinskinke med italiensk salat

Tirsdag

Varm ret:	Paprika kylling med grillet peber og salsa verde
Vegetar:	Spansk tortilla med ristede kikærter, løg og peberfrugter
Vegan:	Fyldt bøftomat med kikærter, løg, peberfrugter og tofu
Spread og tilbehør:	Salsa romesco Safran ris med grillet peberfrugt, majs, rødløg og brændte tomater
Salat:	Hjertesalat, blomkål, appelsiner, avocado og ranch dressing
Pålæg:	Æg og rejer med mayonnaise Peberrullepølse med sky og løg


Onsdag

Varm ret:	 Lasagne af svinekød med fennikel, peberfrugt og soltørret tomat
Vegetar:	Grøntsags moussaka med kartofler, auberginer, squash og tomatkompot
Vegan:	Grøntsags moussaka med kartofler, auberginer, squash, tomatkompot og cashewcreme
Spread og tilbehør:	Basilikumpesto og tomat salsa med mandler og basilikum
Salat:	Tomatsalat med skoleagurk, hjertesalat, bagte rødløg, grøn peber, oliven og mozzarella
Pålæg:	Tunsalat med tomat, dild og grønne bønner Kyllingebryst med urter og tomatpesto

Torsdag

Varm ret:	Torsk i cremet teriyaki sauce og forårsløg
Vegetar/Vegan:	Ristet spidskål med sort sesam, edamame og misodressing
Spread og tilbehør:	Kokos-koriander chutney Stegte ris med grøntsager, miso dressing og røræg
Salat:	Kinakål, radiser, kinaradise og broccoli i kimchispice
Pålæg:	Hønsesalat med svampe og asparges Roastbeef med estragonmayonnaise og syltede rødløg
Kage:	Blåbærtærte med mandler

Fredag

Varm ret:	 Saml selv hot dog af slagterpølser med ramsløg og briochebrød
Vegetar:	Pankostegt "gulerods-dog" med harissa og briochebrød
Vegan:	Pankostegt "gulerods-dog" med harissa og vegansk brød
Spread og tilbehør:	Hjemmelavet Bbq ketchup, honey mustard, remoulade, agurkesalat og syltede rødløg Kartoffelbåde med urtesalt
Salat:	Spidskål, æbler, vandmelon, græskarkerner og salatost
Pålæg:	Æggesalat med avocado, hytteost og karse Røget ørred med røræg og dild