



Uge 9

Mandag

Varm ret: Kylling i tomat og basilikum
Vegetar/Vegan: Bagte auberginer med hvide bønner, tomat og basilikum
Spread og tilbehør: Salsa caponata af grillede grøntsager med kapers og oliven
Cremet pasta med semitørret tomat, mozzarella og spinat
Salat: Palmekål, bagte rodfrugter, bagte tomater, grana padano og croutoner
Pålæg: Tun i tomat og dild
Rosmarinskinke med italiensk salat

Tirsdag

Varm ret: Langtidsstegt kalvecuvette med rødvin, tomat og svampe
Vegetar: Tærte med butternut squash, sorte bønner, mozzarella og spinat
Vegan: Tærte med butternut squash, sorte bønner, soyacreme og spinat
Spread og tilbehør: Soltørret tomat pesto
Perlebyg "Otto" med champignon, trøffel, citron og urter
Salat: Snittet kål, savoykål, spinat, grillet peber, mozzarella og balsamico
Pålæg: Laksesalat med æbler og estragon
Rullepølse med sky og løg

Onsdag

Varm ret:  Boller i karry
Vegetar/ Vegan: Ristet spidskål med kikærter, karry og æbler
Spread og tilbehør: Spicy mangochutney og æbletatziki
Hvide ris
Salat: Blomkål, appelsiner, æbler, hasselnødder, dadler og spinat
Pålæg: Kalvekød med tunsauce og kapers
Skaldyrssalat med asparges

Torsdag

Varm ret: Panko paneret Alaska torsk
Vegetar/Vegan: Wellington af butterdej med kikærter, søde kartofler, aubergine og quinoa
Spread og tilbehør: Grov remoulade, ærtecreme og citron
Kartoffelbåde
Salat: Grønkål, broccoli, spinat, radiser og lyse rosiner
Pålæg: Kold kamsteg med agurkesalat og sennep
Hønsesalat med æbler og svampe
Kage: Gulerodskage med icing

Fredag

Varm ret:  Gyros af marineret svinekød med græske krydderier
Vegetar/Vegan: Gyros af rødbeder, portobello og kikærter med græske krydderier
Spread og tilbehør: Fladbrød, tzatziki og mynte/oregano-pesto
Kartoffelsalat med grillede auberginer, peberfrugter, oregano og citron
Salat: Hjertesalat med tomater, agurker, grøn peber, rødløg, salatost, merian
Pålæg: Hamburgerryg med røræg
Karrysild med kapers, dild og æbler