

UGENS MENU

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Kylling i karry m/ ris, ærter og broccoli Vegetar: Vegetariske bolle i tomatsauce m/ ris, ærter og broccoli	Kartoffel - porre suppe m/ bacon og bolle Alternativ til gris: Kalkunbacon Vegetar: kartoffel - porre suppe og bolle	Pitabrød m/ kylling, salat og karrydressing Vegetar: Pitabrød m/ falafel, salat og karrydressing	Tempeh bolognese m/ pasta og spidskålssalat	Poke bowl m/ fiskepinde Vegetar: poke bowl m/ falafel

Uge 43

SUNDSKOLEN
Kreativitet, sundhed & anerkendelse



UGENS MENU

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Fiskefrikadelle m/ stegte kartofler, remoulade og bagte gulerødder	Butter chicken m/ ris, fladbrød og gnavegrønt	Tomat linse suppe m/ bolle	Tacoskaller m/ oksekød, salat og dressing	Pastasalat m/ kyllingelår
Vegetar: Vegetarisk krebinet m/ stegte kartofler, remoulade og bagte gulerødder	Vegetar: Lollandsk dahl m/ bulgur og gnavegrønt		Vegetar: Tacoskaller m/ chili sin carne, salat og dressing	Vegetar: Pastasalat m/ kartoffelfrikadelle

Uge 44

SUNDSKOLEN
Kreativitet, sundhed & anerkendelse



UGENS MENU

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Risengrød m/ smør, kanelsukker og 1 stk frugt	Bagels m/ tunsalat eller fiskefrikadelle, syltede rødløg og peberfrugt Vegetar: Bagels m/ hummus, syltede rødløg og champignon	Marokkansk gryde m/ broccoli og fladbrød	Frikadelle m/ kartofler, skysauce, rødkål og agurkesalat Alternativ til gris: Kyllingefrikadelle Vegetar: Grønsagsfrika-delle m/tomatsauce, kartofler og agurkesalat	Kylling i kokoscreme sauce m/ ris og spinatsalat Vegetar: rød linseret m/ bulgur og spinatsalat

Uge 45

SUNDSKOLEN
Kreativitet, sundhed & anerkendelse



UGENS MENU

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Pasta m/ kødsauce og bønner	Rugbrød m/ fiskefilet, remoulade, torskerognssalat og gnavegrønt	Kyllingeburger m/ stegte kartofler	Kartoffelpizza m/ spinatsalat	Tarteletter m/ høns i asparges og gnavegrønt
Vegetar: Bagt auberginegryde m/ bulgur og bønner	Vegetar: Vegetarisk smørrebrød	Vegetar: Kikærteburger m/ stegte kartofler		Vegetar: Tarteletter m/ svampestuvning og gnavegrønt

Uge 46

SUNDSKOLEN
Kreativitet, sundhed & anerkendelse



UGENS MENU

MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
Indisk dahl m/ ris og fladbrød	Okseragout m/ kartoffelmos	Spaghetti carbonara m/ spidskålssalat	Dampet torsk m/ æbler, løg, persillesauce, kartofler og bagte rødbeder	Risengrød m/ smør, kanelsukker og frugt
	Vegetar: Bønneragout m/ kartoffelmos	Vegetar og alternativ til gris: Pastaret m/ hytteost, spinat og spidskålssalat	Vegetar: Risbøf m/ svampesauce, kartofler og bagte rødbeder	

Uge 47

SUNDSKOLEN
Kreativitet, sundhed & anerkendelse