

MENU UGE/WEEK 2

MANDAG/MONDAY

KØD/FISK/MEAT/FISH

Kylling i soya/sesam med bambusskud & peberfrugt

Chicken in soya/sesame with bamboo shoots & peppers

Ris

Rice

VEGETAR/VEGETARIAN

Kung pao med edamame

Kung Pao with edamame

TIRSDAG/TUESDAY

KØD/FISK/MEAT/FISH

Boller i selleri

Meat balls in celery

Dampede persillekartofler

Steamed parsley potatoes

VEGETAR/VEGETARIAN

Bønnefrikassé

Bean fricassee

ONSDAG/WEDNESDAY

KØD/FISK/MEAT/FISH

Cremet muslingesauce med røget laks & spinat

Creamy clam sauce with smoked salmon & spinach

Pasta

Pasta

VEGETAR/VEGETARIAN

Stuved spinat med glaskål & ærter

Stewed spinach with cabbage & peas

TORSDAG/THURSDAY

KØD/FISK/MEAT/FISH

Kyllingeoverlår med harissa

Chicken thighs with harissa

Bulgur med kikærter, persille & ærter

Bulgur with chickpeas, parsley & peas

VEGETAR/VEGETARIAN

Fylt spicy peberfrugt med quinoa

Stuffed spicy peppers with quinoa

KAGE/SØDT

CAKE/SWEET

FREDAG/FRIDAY

KØD/FISK/MEAT/FISH

Fajita med oksekød, bønner, ris & ost

Fajita with beef, beans, rice & cheese

VEGETAR/VEGETARIAN

Fajita med bønner, ris & ost

Fajita with beans, rice & cheese

Hver dag serveres et udvalg af 2-3 pålægsvarianter med tilbehør & hjemmesylt, 3-4 fyldige salater samt grøn salat med vinaigretter, ost & 2 slags brød samt palæobrød

Every day, a selection of 2-3 types cold cuts served with side dishes & homemade pickled vegetables, 3-4 rich salads & green salad with vinaigrettes, cheese & 2 kinds of bread & paleo bread