

MANDAG DEN 28/9-2020



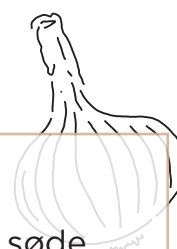
### VARM RET

Kylling i rød karry med kikærter, gulerødder og ris



### VEGETAR

Rød vegetarkarry med søde kartofler, kikærter og ris (vegansk)

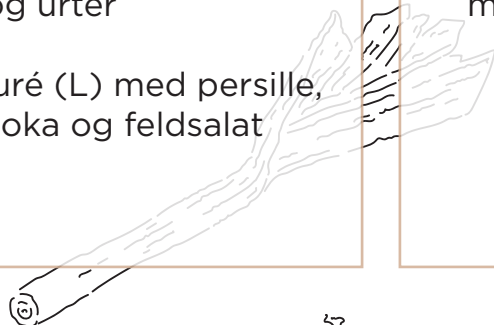
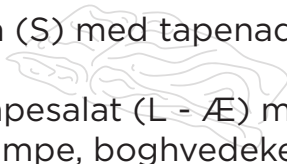
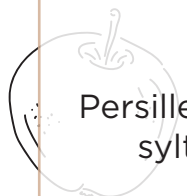


### PÅLÆG

Coppa (S) med tapenade og rucola

Svampesalat (L - Æ) med syltede svampe, boghvedekerner (G) og urter

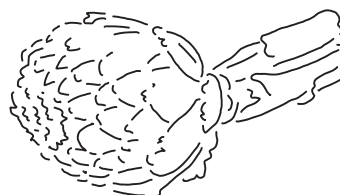
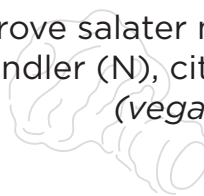
Persillerodspuré (L) med persille, syltet tapioka og feldsalat



### SALAT

Salat med variation af gulerødder, røde ris og grapefrugt (vegansk)

Grove salater med blomkål, mandler (N), citron og kapers (vegansk)



TIRSDAG DEN 29/9-2020



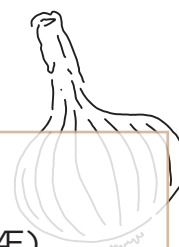
### VARM RET

Shortribs af okse med ovnbagte kartofler, BBQ-sauce og sprød kål



### VEGETAR

Kartoffelgratin (L - Æ) med karamelliserede løg



### PÅLÆG

Bøffelmazzarella (L) med letbagte tomater, olivenolie og basilikum

Rødbedetatar med friskost (L), rugkrummer (G) og karse

Pastrami med sennepscreme (L - Æ) og spæde salater



### SALATER

Grove salater med quinoa, hvidløgsolie, saltet agurk og urter (vegansk)

Søde kartofler med nigellafrø og limes dressing (vegansk)



### VIDSTE DU...

... at de små Nigellafrø, vi anvender i dagens ene salat, er Asiens svar på birkes? De bruges bl.a. som drys på brød i Mellemøsten og på indiske naanbrød. Derudover er både nigellafrø og søde kartofler godt for immunforsvaret, så du kan med fordel spise lidt ekstra af salaten, nu hvor efteråret nærmer sig.

ONSDAG DEN 30/9-2020



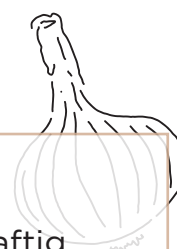
### VARM RET

Hvid fisk med estragonsauce (L),  
fennikelcrudité og vilde ris



### VEGETAR

Braiseret fennikel i kraftig  
tomatsauce med urterasp (G),  
vilde ris og økologisk ost (L)



### PÅLÆG

Hønsesalat (L) med hjertesalat,  
selleri, sprødt skind og karse

Rød linsepuré med grillet aubergine,  
sprød hytteost (L) og urter

Grillet flap meat med purløgs-  
mayonnaise (Æ), syltede løg  
og urter

### SALATER

Salat med syltede nødder (N),  
persillerodscrudité og appelsin-  
vinaigrette (*vegansk*)

Spæde salater med kinaradiser,  
forårsløg og urter (*vegansk*)



TORSDAG DEN 1/10-2020

### VARM RET

Svinebryst (S) braiseret med øl og æbler og med timianstegte bønner og rodfrugter

### VEGETAR

Bønneragout med rodfrugter, bønner og timianolie

### PÅLÆG

Oksespegepølse med remoulade (Æ) og ristede løg (G)

Jordskokpuré med gedeost (L), sprøde jordkokker og timian

Græskar med chili, rugflager (G), urtemayonnaise (Æ) og urter

### SALATER

Broccolisalat med tørrede tranebær og cremefraichedressing (L)

Cesarsalat (L - Æ) med grillede brødkrummer (G) og parmesan (L)

### UGENS SØDT

Tiramisu (L - G - Æ) med marsala og kakao

FREDAG DEN 2/10-2020



### VARM RET

Lasagne (L - G) med oksekød, svampe, gulerødder og variation af danske økologiske oste (L)



### VEGETAR


Vegetarlasagne (L - G) med røget tempeh, gulerødder, svampe og variation af danske økologiske oste (L)



### PÅLÆG

Skinkesalat (S - L - Æ) med purløg, cornichoner og radiser

Grillet peberfrugt med oliven og parmesan (L)



Svinebryst (S) med blommechutney, syltede rødløg og spæde salater



### SALATER

Salat med mungbønner, peber-vinaigrette, friskost (L) og persille

Dagens salat