

Menuplan for uge 38 - 44

Uge 38.	Kødfri dag
Mandag	Kartoffel/porresuppe med tomatpesto og Grovbolle.
Tirsdag	Tacoskål med Chili con Carne, tomat, majs, Jalapeno, crème fraiche og gulerodsråkost.
Onsdag	Pankopaneret hvid fisk i filet med rød pebersauce og ristede kartofler.
Torsdag	Lisbjerg risotto med sprød grøn salat.
Fredag	Pasta og kødsauce med gulerodsråkost.
Uge 39.	
Mandag	Tomatsuppe med suppehorn, majs, creme fraiche og grønt drys.
Tirsdag	Nudelsalat med kylling, rød peber, peanuts, ærter, majs og Gurkemejebolle.
Onsdag	Hjerter i flødesauce med hvide kartofler og Hjl. Agurkesalat.
Torsdag	Pizza med tomat, ost, skinke og rucola.
Fredag	Kartoffelæggekage med hytteost og grøn salat.
Uge 40.	
Mandag	Pita med tun, majs, ærter og salat.
Tirsdag	Fjerkrægryde med grøntsager og gurkemejeris.
Onsdag	Hvid fisk i filet med pesto, pasta, tomat sauce og gnavegulerod.
Torsdag	2 Slags pålæg, tomatmayonnaise, gnaveagurk og Softkernerugbrød.
Fredag	Svensk pølseret med råkostsalat.
Uge 41.	
Mandag	Cremet svampesuppe med bacon og hvidløgscroutoner.
Tirsdag	Kyllingelår med carrysauce, sprød grøn salat og økologiske ris.
Onsdag	Gullasch med gulerod, løg og persillekartofler.
Torsdag	Brændende kærlighed med råkost.
Fredag	Tarteletter med høns og asparges og grøn salat med agurk, tomat, majs og ristede kerner.
Uge 43.	
Mandag	Kylling Tikka Masala med økologiske ris og Tzatziki.
Tirsdag	Burger "mit den ganzen schweinerie".
Onsdag	Friskfanget hvid fisk med tomatpesto, ristede kartofler og sprød salat med "Mormor dressing".
Torsdag	Langtidsbraiseret oksebryst med rød pebersauce, persillekartofler og gulerodsråkost.
Fredag	Boller i carry med økologiske ris og råkost med kål.
Uge 44.	
Mandag	Indonesisk rød carrysuppe med ris, gulerod, Edamamebønner og Oreganoboller.
Tirsdag	Bagt kartoffel med krydderurtdressing, salat med ærter, peberfrugt og græskarkerner.
Onsdag	Fiskefrikadeller med tomat sauce, persillekartofler og sprød salat.
Torsdag	Kalkunspegepølse og torskerogn med Hjl. Remoulade, gnavegulerod og Softkernerugbrød.
Fredag	Pasta i cremet sauce med majs, rød peber, gulerod og masser af friske krydderurter.



60-90% økologi