

Menuplan for uge 45-50

	Kødfri dag
Uge 45.	
Mandag	Tacoskål med kødsauce, tomat, majs, Jalapeno, crème fraiche og gulerodsråkost.
Tirsdag	Thaisuppe med tomat, champignon, citrongræs, forårsløg, coriander og Gurkemejebolle.
Onsdag	Kartoffelæggekage med hytteost og grøn salat
Torsdag	2 Fiskefrikadeller med rugbrød, remoulade, citron, spidskål med nødder og tranebær.
Fredag	Kyllingelår med ratatouille og økologiske ris.
Uge 46.	
Mandag	Minestrone suppe med suppehorn, bacon, grønne bønner, selleri, gulerod og Oreganobolle.
Tirsdag	Pasta i cremet sauce med tomat, peberfrugt, majs, forårsløg og friske krydderurter.
Onsdag	Pita med tun, majs, ærter, salat, Thousand Island-dressing og gnaveagurk.
Torsdag	Stegt flæsk med hvide kartofler, persillesauce og gulerodssalat med rødbede og æble.
Fredag	Pasta Carbonare med sprød grøn salat.
Uge 47.	
Mandag	Fransk løgsuppe med mozzarella og Grovbolle.
Tirsdag	Kylling Tikka Masala med mandler, peberfrugt, forårsløg, økologiske ris og Focacciabrød.
Onsdag	Pankopaneret hvid fisk, peberfrugtsauce, pasta og sprød salat.
Torsdag	Vintergryde med økologiske ris og gnavegulerod.
Fredag	Pulled Pork burger med coleslaw, syltede rødløg, ristede kartofler og Barbecuesauce.
Uge 48.	
Mandag	Pastasalat med tun, majs, peberfrugt, salat, løg, pesto og gnaveagurk.
Tirsdag	Boller i karry med økologiske ris og spidskålssalat med ristede græskarkerner og tranebær.
Onsdag	Fisk med rød pesto, ristede kartofler og grøn salat.
Torsdag	Hamburgerryg med aspargessauce, dampet broccoli, gulerod og persillekartofler.
Fredag	Frikadeller med hvide kartofler, brun sauce og blomkålssalat.
Uge 49.	
Mandag	Kartoffel og porresuppe med masser af krydderurter og Tomatbolle.
Tirsdag	Lisbjerg risotto med gulerodsråkost.
Onsdag	Lasagne med squash og grøn salat.
Torsdag	Torskerogn og Oksespegepølse med Hjl. Remoulade, gnavegulerod og Softkerne rugbrød.
Fredag	Langtidsstegt Nakkefilet med rodfrugtmos og Coleslaw.
Uge 50.	
Mandag	Tarteletter med høns og asparges og gulerodssalat.
Tirsdag	Lammegryde med appelsinkartofler og broccoli.
Onsdag	Mørksejfilet med Panko, Tzatziki og ristede kartofler.
Torsdag	Svensk pølseeret, spidskålssalat med ristede græskarkerner og soltørrede tranebær.
Fredag	Fiskefrikadeller med tomatsauce, persillekartofler og grøn salat.



60-90% økologi