

JANUAR

Ugedag	Frokost	Eftermiddag
Torsdag den 2.	Rugbrød, leverpostej, makrel, røræg, agurk og peberfrugt	Boller med fignepålæg
Fredag den 3.	Pitabrød med kylling kebab, grøntsager og dressing	Brød og frugt
Mandag den 6.	Blomkålssuppe med maste rosenkål og flutes	Rugbrød med leverpostej og frugt
Tirsdag den 7.	Rugbrød kyllingefrikadeller, karrysild, æg, ærter og majs	Fuldkornsfranskbrød og frugt
Onsdag den 8.	Fiskefrikadeller, remo, kartofler i både og broccoli	Foccacia og frugt
Torsdag den 9.	Rugbrød ost i skiver, leverpostej, torskerogn, remo, blomkål og tomater	Skorper og frugt
Fredag den 10.	Pasta i citronflødesauce, parmesan, ristede kikærter og råkost	Bananmuffins og frugt
Mandag den 13.	Kartoffelsuppe, pesto og flutes	Rugbrød med leverpostej og frugt
Tirsdag den 14.	Rugbrød rullepølse, sky, karse, løg, figenpålæg, torskenuggets og rodfrugter	Solsikkebrød og frugt
Onsdag den 15.	Chili con carne med brune ris og råkost	Sandwichbrød med ost og frugt
Torsdag den 16.	Rugbrød med fiskefilet, remo, æg, kalkun, gulerødder og ristede bønner	Boller og frugt
Fredag den 17.	Falafel med hummus, creme fraiche, pastasalat, ærter, avokado, tomat og majs	Kanelknækbrød og frugt
Mandag den 20.	Cremet gulerødsuppe med kold æblekompot, cremefraiche og flutes	Rugbrød med leverpostej og frugt
Tirsdag den 21.	Rugbrød oksefrikadeller, torskerogn, æggecake, hummus, peberfrugt og broccoli	Grov franskbrød og frugt
Onsdag den 22.	Pasta med laks, ærter og pikantsauce	Fuldkorns muffins og frugt
Torsdag den 23.	Rugbrød kødpølse, mayo, æg, laksesalat, bagte gulerødder og ærter	Gulerødsbrød og frugt
Fredag den 24.	Belugabolognese med stegte kartofler og ristede bønner	Groft sandwichbrød og frugt
Mandag den 27.	Aspargesuppe med flute, kartoffeltern og ærter	Ristede rugbrød med leverpostej og frugt
Tirsdag den 28.	Rugbrød spegepølse, torskerogn, figenpålæg, peberfrugt og agurk	Groft sandwichbrød og frugt
Onsdag den 29.	Græsk farsbrød med kogte kartofler, oliven, tzatziki og agurkestave	Rugbrødsboller med chokolade og frugt
Torsdag den 30.	Rugbrød makrel, leverpostej, rødbeder, ost i skiver, broccoli og cherrytomat	Pøsehorn og frugt
Fredag den 31.	Vegetarisk indisk Korma med hvedekerner og blomkål	Havregryns muffins og frugt