

# Ricewood Lunch

## MENU/UGE: 43

### MANDAG 19-10-2020

<b>Varm ret:</b>	Vikingegryde med cocktailpølser (S) serveret med brune fuldkornsrís (spor af 1)	<b>Salat:</b>	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
<b>Rig salat:</b>	Blomkål og broccolisalat	<b>Pålægsbuffet</b>	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
		<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### TIRSDAG 20-10-2020

<b>Varm ret:</b>	Oksekødboller (1,7) serveret med tomatsauce og fuldkornspasta (1)	<b>Pålægsbuffet</b>	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
<b>Rig salat:</b>	Edamamebønnesalat med soltørrede tomater	<b>Ost:</b>	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
<b>Salat:</b>	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### ONSDAG 21-10-2020

<b>Varm ret:</b>	Stegt svinefilet (S) serveret med halv bagekartoffel og urtecreme (7)	<b>Pålægsbuffet</b>	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
<b>Rig salat:</b>	Rødkålssalat med drue, æble og peanuts (8)	<b>Kage:</b>	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,8)
<b>Salat:</b>	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### TORS DAG 22-10-2020

<b>Varm ret:</b>	Tandoori-kyllingebryst serveret med bulgursalat (1)	<b>Pålægsbuffet</b>	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
<b>Rig salat:</b>	Hvidkålssalat med springløg & mynte	<b>Ost:</b>	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
<b>Salat:</b>	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### FREDAG 23-10-2020

<b>Varm ret:</b>	Byg-selv okseburger i fuldkornsburgerbolle fra bageren (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)	<b>Pålægsbuffet</b>	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
<b>Rig salat:</b>	Salatbar med agurk, tomat og løg	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)
<b>Salat:</b>	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Frugt:</b>	Dagens friskskårede melon og frugter

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg

# mandag

19. oktober 2020, Uge 43

Varm ret	Vikingegryde med cocktailpølser (S) serveret med brune fuldkornsris (spor af 1)
Rig salat	Blomkål og broccolisalat
Salat	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Brød	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg

# tirsdag

20. oktober 2020, Uge 43

Varm ret	Oksekødboller (1,7) serveret med tomatsoase og fuldkornspasta (1)
Rig salat	Edamamebønnesalat med soltørrede tomater
Salat	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Ost	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg

# onsdag

21. oktober 2020, Uge 43

Varm ret	Stegt svinefilet (S) serveret med halv bagekartoffel og urtecreme (7)
Rig salat	Rødkålssalat med drue, æble og peanuts (8)
Salat	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Kage	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,8)
Brød	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg

# torsdag

22. oktober 2020, Uge 43

Varm ret	Tandoori-kyllingebryst serveret med bulgursalat (1)
Rig salat	Hvidkålssalat med springløg & mynte
Salat	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Ost	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg

# fredag

23. oktober 2020, Uge 43

Varm ret	Byg-selv okseburger i fuldkornsburgerbolle fra bageren (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)
Rig salat	Salatbar med agurk, tomat og løg
Salat	Frisk, sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Brød	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)
Frugt	Dagens friskskårede melon og frugter

Allergener: 1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø 12. Svovldioxid og sulfitter Vg. Vegansk S: Svinekød H: Hvidløg