

Ricewood Lunch

MENU/UGE: 3

MANDAG 13-01-2020

Varm ret:	Thai kylling i karry & kokos serveret med dampede brune fuldkornsris (spor af 1)
Rig salat:	Marineret Thai kålsalat
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Pålægsbuffet:	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
Brød:	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Allergenebeskr	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 14-01-2020

Varm ret:	Ostegratineret shepard's pie okse (7,H)
Rig salat:	Haricots verts bønnesalat med feta (7)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Ost:	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød:	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Allergenebeskr	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.

Pålægsbuffet: 2 slags pålæg med tilbehør & pynt

ONSDAG 15-01-2020

Varm ret:	Slagter frikadeller (2 stk. pr. pers) (1,7) serveret med fuldkorns pastasalat (1) med gulerod & ananas
Rig salat:	Coleslaw (3)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Brød:	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Kage:	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8)
Allergenebeskr	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.

Pålægsbuffet: 2 slags pålæg med tilbehør & pynt

TORS DAG 16-01-2020

Varm ret:	Langtids brasieret okse hertil råstegte petit kartofler
Rig salat:	Bulgur med frisk grønt (1)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Ost:	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød:	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Allergenebeskr	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.

Pålægsbuffet: 2 slags pålæg med tilbehør & pynt

FREDAG 17-01-2020

Varm ret:	Flæskesteg serveret med brun sauce (1,7) og råstegte petit kartofler
Rig salat:	Broccolisalat med rosiner (7)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Brød:	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Frugt:	Dagens frisk skåret melon & frugter
Allergenebeskr	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.

Pålægsbuffet: 2 slags pålæg med tilbehør & pynt

mandag

13. januar 2020, Uge 3

Varm ret

Thai kylling i karry & kokos serveret med dampede brune fuldkornsris (spor af 1)

Rig salat

Marineret Thai kålsalat

Salat

Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer

Pålægsbuffet

2 slags pålæg med tilbehør & pynt

Brød

Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)

Allergenebeskrivelse

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

14. januar 2020, Uge 3

Varm ret	Ostegratineret shepard's pie okse (7,H)
Rig salat	Haricots verts bønnesalat med feta (7)
Salat	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
Ost	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Allergenebeskrivelse	1. Gluten 2. Krebssdyr 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

15. januar 2020, Uge 3

Varm ret	Slagter frikadeller (2 stk. pr. pers) (1,7) serveret med fuldkorns pastasalat (1) med gulerod & ananas
Rig salat	Coleslaw (3)
Salat	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
Brød	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Kage	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8)
Allergenebeskrivelse	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

16. januar 2020, Uge 3

Varm ret	Langtids brasieret okse hertil råstegte petit kartofler
Rig salat	Bulgur med frisk grønt (1)
Salat	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
Ost	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Brød	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Allergenebeskrivelse	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

17. januar 2020, Uge 3

Varm ret	Flæskesteg serveret med brun sauce (1,7) og råstegte petit kartofler
Rig salat	Broccolisalat med rosiner (7)
Salat	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
Brød	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
Frugt	Dagens frisk skåret melon & frugter
Allergenebeskrivelse	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.