

# Ricewood Lunch

## MENU/UGE: 9

### MANDAG 24-02-2020

<b>Varm ret:</b>	Oksegryde med laurbærblade (1,7,H) hertil dampede brune fuldkornsris (spor af 1)	<b>Pålægsbuffet:</b>	2 slags pålæg med tilbehør & pynt
<b>Rig salat:</b>	Edamamebønnesalat med mozzarella og soltørret tomater (7)	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
<b>Salat:</b>	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Allergenebeskr</b>	1. Gluten 2. Krebssdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.

### TIRSDAG 25-02-2020

<b>Varm ret:</b>	Stegte kyllingeunderlår 2 stk. hertil agurkesalat	<b>Ost:</b>	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
<b>Rig salat:</b>	Linsesalat med frisk grønt	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
<b>Salat:</b>	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Allergenebeskr</b>	1. Gluten 2. Krebssdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.
<b>Pålægsbuffet:</b>	2 slags pålæg med tilbehør & pynt		

### ONSDAG 26-02-2020

<b>Varm ret:</b>	Urte ovnsbagt helside laks (4,H)	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
<b>Rig salat:</b>	Spidskålssalet med kartoffel, radise & petso (spor af nødder)	<b>Kage:</b>	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8)
<b>Salat:</b>	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Allergenebeskr</b>	1. Gluten 2. Krebssdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.
<b>Pålægsbuffet:</b>	2 slags pålæg med tilbehør & pynt		

### TORSDAG 27-02-2020

<b>Varm ret:</b>	Karbonader (1,S) hertil grønsager (1,7) og petit kartofler	<b>Ost:</b>	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
<b>Rig salat:</b>	Gulerods råkost	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
<b>Salat:</b>	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Allergenebeskr</b>	1. Gluten 2. Krebssdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.
<b>Pålægsbuffet:</b>	2 slags pålæg med tilbehør & pynt		

### FREDAG 28-02-2020

<b>Varm ret:</b>	Variation af fuldkorns grøntsagstærter med kylling / skinke (1,3,S)	<b>Brød:</b>	Friskbagt rugbrød & ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,5,8,11)
<b>Rig salat:</b>	Blomkål & broccolisalat	<b>Frugt:</b>	Dagens frisk skåret melon & frugter
<b>Salat:</b>	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	<b>Allergenebeskr</b>	1. Gluten 2. Krebssdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.
<b>Pålægsbuffet:</b>	2 slags pålæg med tilbehør & pynt		

# mandag

24. februar 2020, Uge 9

Varm ret	Oksegryde med laurbærblade (1,7,H) hertil dampede brune fuldkornsris (spor af 1)
Rig salat	Edamamebønnesalat med mozzarella og soltørret tomat (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)
Allergenebeskrivelse	1. Gluten 2. Krebsdyr 3. Æg 4. Fisk 5. Jordnødder 6. Soja 7. Laktose 8. Nødder 9. Selleri 10. Sennep 11. Sesamfrø S: Svinekød H: Hvidløg.

# tirsdag

25. februar 2020, Uge 9

Varm ret	Stegte kyllingeunderlår 2 stk. hertil agurkesalat
Rig salat	Linsesalat med frisk grønt
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 S: Svinekød H: Hvidløg.

# onsdag

26. februar 2020, Uge 9

Varm ret	Urte ovnsbagt helside laks (4,H)
Rig salat	Spidskålssalet med kartoffel, radise & petso ( spor af nødder )
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 S: Svinekød H: Hvidløg.

# torsdag

27. februar 2020, Uge 9

Varm ret	Karbonader (1,S) hertil grønerter (1,7) og petit kartofler
Rig salat	Gulerods råkost
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 S: Svinekød H: Hvidløg.

# fredag

28. februar 2020, Uge 9

Varm ret	Variation af fuldkorns grøntsagstærter med kylling / skinke (1,3,S)
Rig salat	Blomkål & broccolisalat
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 S: Svinekød H: Hvidløg.