

# Ricewood Lunch

## MENU/UGE: 40

### MANDAG 28-09-2020

Varm ret:	Marrokansk gryderet med oksekød (H) hertil dampede brune fuldkornsris (spor af 1)	Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer
Rig salat:	Marrokansk inspireret grønkålssalat	Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
		Brød:	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### TIRSDAG 29-09-2020

Varm ret:	Slagterens minifrikadeller (3 per person) (1,7,S) hertil rødbedetern og agurkesalat	Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Rig salat:	Kartoffelsalat med ærter og forårsløg (7)	Ost:	Dagens udvalg af oste (7) med druer eller peberfrugt
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	Brød:	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### ONSDAG 30-09-2020

Varm ret:	Tarteletter med høns i asparges (1)	Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Rig salat:	Broccolisalat med rosin	Kage:	Dagens skærekage fra konditorbageren (kan indeholde spor af nødder) (1,8)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	Brød:	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)

### TORSDAG 01-10-2020

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

### FREDAG 02-10-2020

Varm ret:	Tortilla (1) med krydret oksekød og salsa	Pålægsbuffet	2 slags pålæg med tilbehør og pynt
Rig salat:	Salatbar med iceberg, jalapeños og majs	Brød:	Friskbagt rugbrød og ciabattabrød eller grovflûtes (kan indeholde spor af nødder) (1,8,11)
Salat:	Frisk sprød blandet grøn salat med 3 - 4 friske eller tørrede elementer	Frugt:	Dagens friskskårede melon og frugter

Allergener: 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

# mandag

28. september 2020, Uge 40

Varm ret	Marrokansk gryderet med oksekød (H) hertil dampede brune fuldkornsrís (spor af 1)
Rig salat	Marrokansk inspireret grønkålssalat
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

29. september 2020, Uge 40

Varm ret	Slagterens minifrikadeller (3 per person) (1,7,S) hertil rødbedeter og agurkesalat
Rig salat	Kartoffelsalat med ærter og forårsløg (7)
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

30. september 2020, Uge 40

Varm ret	Tarteletter med høns i asparges (1)
Rig salat	Broccolisalat med rosin
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

1. oktober 2020, Uge 40

Varm ret	Italiensk farsbrød med soltørrede tomater og feta (1,3,7)
Rig salat	Tomatsalat med rødløg og basilikum
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

2. oktober 2020, Uge 40

Varm ret	Tortilla (1) med krydret oksekød og salsa
Rig salat	Salatbar med iceberg, jalapeños og majs
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