



Mandag

DEN LUNE

Stegt sømandskål med karry og dampede ris (H)

(Den grønne udgave serveres uden oksekød) (H)

SALATER

*Bulgur, stegte røde spidskål med grov sennepsdressing (Æ)(L),
brødknas (G) og dild*

Bagte pastinakker med trøffelcreme (Æ), citronskal og purløg

PÅLÆG

*Æggesalat med karry og karse
(Æ)(L)*

*Ålerøget spegedreng med
remoulade (Æ) og ristede løg
(G)*

BRØDET

Koldhævet surdejsbrød (G)

*Hjemmebagt
softkernerugbrød (G)*



Tirsdag

DEN LUNE

Linsesuppe tilsmagt kokos, grøntsager og lune krydderier (H)

SALATER

Quinoa med æbler, selleri, persille, edamame bønner og æblevinaigrette

Bagte squash med citronmarinerede fenikkelcroudité og urter

PÅLÆG

Saltet og bagt hvid fisk med dildmayo (Æ), syltede tomater og kørvel

Leverpostej(G)(L) med syltede svampe

BRØDET

Koldhævet surdejsbrød (G)

*Hjemmebagt
softkernerugbrød (G)*

Onsdag

DEN LUNE

Chili con carne med dampede ris (H)

(Den grønne udgave serveres som chili sin carne) (H)

SALATER

Haricot verts, black eyes beans, rødløg, semi dried tomat, feta og rucola vendt med senneps vinaigrette (L)

Bagt romesco med ajvar (H)

PÅLÆG

*Roastbeef med
peberrodscreme (L), løg og
brøndkarse*

Saltkød med pickles og karse

BRØDET

Koldhævet surdejsbrød (G)

*Hjemmebagt
softkernerugbrød (G)*

Torsdag

DEN LUNE

*Kylling i frikassé med forårsurter og kogte kartofler med persille
(L)*

(Den grønne udgave serveres som grøntsagsfrikassé i kokos)

SALATER

Romainesalat med radiser, ærter og mormordressing (L)

Gulerodstænger med humus (H)

PÅLÆG

*Motadella (H) med chipotle
creme (Æ) og oliven*

*Tunsalat med majs, urter og
skyr (L) (Æ)*

BRØDET

Koldhævet surdejsbrød (G)

*Hjemmebagt
softkernerugbrød (G)*

Sødt:

*Gulerodskage
med chokolade
(G)(L)(Æ)*

Fredag

DEN LUNE

Braiseret grisenakke med linseragout og skysovs (H)

(Den grønne udgave serveres som linseragout med ekstra grøntsager) (H)

SALATER

Salat på kikærter, broccoli, spinat, rødløg og kål vendt med chili/lime dressing

Bagte tomater med hvidløgsdip (H) (L)

PÅLÆG

Rullepølse med sky og løg

Farsbrød (Æ)(L) med soyamayonnaise, tættebær og tallerkensmækkere

BRØDET

Koldhævet surdejsbrød (G)

*Hjemmebagt
softkernerugbrød (G)*