

11 jan- 15 jan					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Sennepsstekt kyllinglårbiff med ratatouille, pasta med urter og ristede kjerner	Høyrygg av frittgående storfe i autentisk rød curry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Bakt laks med smørdampet kål og grønnsaker, båtpoteter med hvitløk og soyasmør (fisk, soya, melk)	Chili con carne med chipotle, ris og lun pico de gallo	Pepper garlic braisert svinenakke med dampet ris, grønnsaker med sesamdressing
Lunsj Veg	Sennepsstekte rotgrønnsaker og linser med ratatouille, pasta med urter og ristede kjerner	Autentisk rød vegancurry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Bakt sopp med smørdampet kål og grønnsaker, båtpoteter med hvitløk og soyasmør (soya, melk)	Chili sin carne med chipotle, ris og lun pico de gallo	Pepper garlic pulled veg med dampet ris, grønnsaker med sesamdressing
Dagens påsmur	Baguette med Jamon serrano, tomat, ruccula og aioli. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Foccatia med kyllingfilet, coleslaw og grillet paprika (hvete, sennep, egg, sulfitt)	Baguette med røkelaks og eggerøre (hvete, egg, fisk)	Sandwich med tunfisk, chilimajones, syltede grønnsaker og koriander. (hvete, sulfitt, fisk)	BLT sandwich, Bacon, salat og tomat med avocado. (hvete, egg, sennep, sulfitt)
Dagens påsmurt veg	Baguette med tomat, avocado, ruccula og aioli. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Foccatia med coleslaw, hummus og grillet paprika (hvete, egg, sennep, sulfitt, sesam)	Baguette med eggerøre, spirer og rødløk (hvete, egg)	Sandwich med falafel, chilimajones, syltede grønnsaker og koriander. (hvete, sulfitt)	Sandwich med tomat, avocado, salat og hummus. (hvete, sesam)
Dagens salat	Couscous, middelhavsurter og grillet svinenakke. Syltet rødløk. (hvete, sulfitt)	"Karedok" salat med kylling, syltede grønnsaker, peanøttsaus og kikerter (peanøtt, fisk, skalldyr, sulfitt)	Gresk salat med feta, oliven, tzatziki og grillet scampi (melk, skalldyr, sulfitt)	Thai "Som Tam" salat med kylling og chili-lime dressing (sulfitt, peanøtter)	Caesarsalat med bakte grønnsaker (hvete, egg, melk, sulfitt, sennep, fisk)
Dagens salat veg	Couscous, middelhavsurter og sprøbakte kikerter. Syltet rødløk. (hvete, sulfitt)	"Karedok" salat med syltede grønnsaker, peanøttsaus og kikerter (peanøtt, fisk, skalldyr, sulfitt)	Gresk salat med feta, oliven og tzatziki (melk, sulfitt)	Thai "Som Tam" salat med avocado og chili-lime dressing (sulfitt, peanøtter)	Vegetarcaesarsalat med bakte grønnsaker (hvete, egg, melk, sulfitt, fisk, sennep)

18 jan- 22 jan					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Grillet kyllinglår med jasminris, bakte grønnsaker med korianderdressing og peanøttsaus	Viltgryte med sopp og tyttebær på høyrygg av okse, grov potetmos med chevre	Grillede Koljekarbonader med Grillede grønnsaker og urtestekte småpoteter.	Pulled pork av gladgris med guajillo BBQ, småpoteter og grillede grønnsaker	Grillet burger med løkcompott, grillet paprika, potetbåter og briochebrød
Lunsj Veg	Grillet tofu med jasminris, bakte grønnsaker med korianderdressing og peanøttsaus	Viltgryte vegetar med sopp og tyttebær, grov potetmos med chevre	Vegetarboller med urtesaus, Grillede grønnsaker og urtestekte småpoteter.	Pulled vego med guajillo BBQ, småpoteter og grillede grønnsaker	Grillet veg'burger med løkcompott, grillet paprika, potetbåter og briochebrød
Dagens påsmurt	Røkt skinke, piquillo, ost og spicy majones (hvete, melk, sulfitt, egg, sennep)	Pulled pork, spicy coleslaw, hjemmelaget bbq saus og sylta rødløk. (soya, hvete, sulfitt)	Serrano, brie, historiske tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet biff, chevre og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sennep, sulfitt)	"Banh mi" med pork belly, chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete, soya, egg, sennep, sulfitt, fisk)
Dagens påsmurt veg	Hummus, oliven, piquillo, feta og spicy majones (hvete, sesam, melk, egg, sulfitt, sennep)	Pulled oumph, spicy coleslaw, hjemmelaget bbq saus og sylta rødløk. (soya, hvete, sulfitt)	Avocado, brie, historiske tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet kikertburger, hummus og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sulfitt, sennep)	"Banh mi" med vego pulled, chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete, sennep, egg, sulfitt, fisk, soya)
Dagens salat	Glassnudelsalat med kyllingconfit, chili-lime dressing og ristede peanøtter. (peanøtter, soya, fisk)	Pastasalat med strimlet kylling, pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Salat med grillet halloumi, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete, melk, sulfitt)	Bakte kikerter, grillet blomkål med karridressing, langtidsbakt kylling, sprø grønnsaker og tahiniyoghurt. (sesam, melk)	Pulled pork salat med nudler, hoisin og syltede juliennegrønnsaker. (egg, sulfitt, hvete, soya)
Dagens salat veg	Glassnudelsalat med spisskål, chili-lime dressing og ristede peanøtter. (peanøtter, soya, fisk)	Pastasalat med pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Salat med grillet halloumi, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete, melk, sulfitt)	Bakte kikerter, grillet blomkål med karridressing, sprø grønnsaker og tahiniyoghurt. (sesam, melk)	Salat med nudler, grillet sopp, hoisin og syltede juliennegrønnsaker. (egg, hvete, sulfitt, soya)

25 jan- 29 jan					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Kylling "Tom Ka", dampet ris, stekte grønnsaker og syltet chili	Braisert høryrygg med grillede grønnsaker med rosmaring og hvitløk. Bakte småpoteter med balsamicovinaigrette	Fransk svinegryte med sennep, rotgrønnsaker og småpoteter (melk, sennep)	Pulled pork med hoisin, dampet ris, soyamarinerte wokgrønnsaker. Syltet chili og gulrot	Lasagne al forno. Bakt fennikel og squash med parmesandressing. (hvete, melk)
Lunsj Veg	Vegan "Tom Ka", dampet ris, stekte grønnsaker og syltet chili	Braiserte beter med grillede grønnsaker med rosmaring og hvitløk. Bakte småpoteter med balsamicovinaigrette	Tomatiserte grønnsaker og kikerter, med bakte småpoteter	Pulled Veg med hoisin, dampet ris, soyamarinerte wokgrønnsaker. Syltet chili og gulrot	VegetarLasagne al forno. Bakt fennikel og squash med parmesandressing. (hvete, melk)
Dagens påsmurt	Serrano, mozzarella, pesto, tomat (hvete, melk, sulfitt)	Wrap med kylling, srirachamajones, syrlig kål (hvete, sulfitt, egg, sennep)	Sandwich med Serranoskinke, grillet paprika og hjertesalat. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med røkt svin, kremost, dill, syltede grønnsaker (hvete, melk, sulfitt)	Foccatia med salami og brie (hvete, melk, egg, sulfitt, sennep)
Dagens påsmurt veg	Mozzarella, pesto, tomat (hvete, melk, sulfitt)	Wrap med marinerte bønner, srirachamajones, syrlig kål (hvete, sulfitt, egg, sennep)	Sandwich med Brie de meaux, grillet paprika og hjertesalat, valnøtter og honning. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med syltede grønnsaker, hummus, røde bønner, fetaost (hvete, melk, sulfitt)	foccatia med fetakrem og kikerterburger (hvete, melk, sulfitt)
Dagens salat	Nudelsalat med pulled pork, hoisin og ristede peanøtter. (sulfitt, fisk, peanøtt, sesam)	Pastasalat med strimlet kyllinglår, creme fraiche, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Bulgursalat med feta, soltørket tomat, middelhavsurter og marinert kylling. (hvete, melk, sulfitt)	Pulled pork salat med eggnudler, hoisin og syltede juliennegrønnsaker.	Kremet pastasalat med kylling og grønnsaker (hvete, melk)
Dagens salat veg	Nudelsalat, bakte grønnsaker, vegetarboller og ristede peanøtter. (sulfitt, peanøtter, sesam)	Pastasalat med røde bønner, creme fraiche, urter og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Bulgursalat med feta, soltørket tomat, middelhavsurter og marinerte kikerter. (hvete, melk, sulfitt)	Pulled vegme, eggnudler, hoisin og syltede juliennegrønnsaker.	Kremet pastasalat med stekte grønnsaker (hvete, melk)

1-5 feb					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Grillet kyllingbryst med marinert bulgur, bakte grønnsaker og fetakrem (hvete, sulfitt, melk)	Okse "fajitas" med grillede pepperfrukter, guajillo chili, ris med ristet kokos og chimichurri	Steinbitkarbonader med gressløksaus, dampet amandinepotet, syltede grønnsaker og ristede gresskarkjerner (melk, fisk, sulfitt)	Kjøttboller i spicy tomatsaus med harissa, marinert bulgur med grønnsaker	Grillet svinenakke med egenkomponert BBQ rub, smoky BBQ saus, bakt søtpotet og maiskompott
Lunsj Veg	Grillet portobello med marinert bulgur, bakte grønnsaker og fetakrem (hvete, sulfitt, melk)	Vegan "fajitas" med grillede pepperfrukter, guajillo chili, ris med ristet kokos og chimichurri	Marinert tofu med gressløksaus, dampet amandinepotet, syltede grønnsaker og ristede gresskarkjerner (soya, melk, sulfitt)	Vegoboller i spicy tomatsaus med harissa, marinert bulgur med grønnsaker	Pulled Vego med egenkomponert BBQ rub, smoky BBQ saus, bakte søtpotet og maiskompott
Dagens påsmurt	Sandwich med Røkt skinke, syrlig kål, ost og aioli (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med tandoorikylling og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Sandwich med salami, brie, aioli og grillet paprika (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med pulled pork, grønnsaksjulienne og hoisindressing (hvete, soya)	'Banh mi" med pork belly, chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete, sulfitt, fisk, egg, sennep)
Dagens påsmurt veg	Hummus, feta og soltørket tomat (hvete, melk, sesam, sulfitt)	Wrap med tandoorigrønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Sandwich med brie, tomat, aioli og grillet paprika (hvete, egg, melk, sennep, sulfitt)	Wrap med pulled vego, grønnsaksjulienne og hoisindressing (hvete, soya)	'Banh mi" med pork belly, chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete, sulfitt, fisk, egg, sennep)
Dagens salat	Bulgursalat med røkt svinekam, grønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk)	Brokkolislaw med kylling, byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Fattoush med pulled pork og krutonger (hvete, soya)	Kremet pastasalat med romano, rødløk, bacon og parmesan (melk, hvete)	salat med nypoteter, porkbelly, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille(egg,sulfit)
Dagens salat veg	Bulgursalat med grønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk)	Brokkolislaw med byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Fattoush med krutonger (hvete)	Kremet pastasalat med romano, rødløk og parmesan (melk, hvete)	salat med nypoteter, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille(egg,sulfit)

8-12 feb					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Viltgryte med sopp og tyttebær på høyrygg av okse, grov potetmos med chevre (melk, selleri)	Grillet kyllinglår med jasminris, bakte grønnsaker med korianderdressing og peanøttsaus (sulfitt, peanøtter)	Bakt laks med smørdampede grønnsaker, båtpoteter med hvitløk og soyasmør (fisk, soya, melk)	Stekte Ramsløkspølser med potetmos og ratatouille (melk, sulfitt)	Pepper garlic braisert svinenakke med dampet ris, grønnsaker med sesamdressing
Lunsj Veg	Viltgryte vegetar med sopp og tyttebær, grov potetmos med feta (melk, selleri)	Grillet tofu med jasminris, bakte grønnsaker med korianderdressing og peanøttsaus (soya, peanøtt, sulfitt)	Vegetarballer med grillede grønnsaker og ris med urter. (soya)	Stekte vegoboller med potetmos og ratatouille (soya, sulfitt)	Pepper garlic pulled veg med dampet ris, grønnsaker med sesamdressing
Dagens påsmurt	Røkelaks, kremost, agurk, spirer og karse. (hvete, melk, sulfitt)	Røkt skinke, piquillo, ost og spicy majones (hvete, melk, sulfitt, egg, sennep)	Serrano, brie, historiske tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet biff, chevre og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sennep, sulfitt)	Kyllingsalat med currymajones og sylta grønnsaker. Serveres i dagens ferske sandwichbrød. (hvete, egg, sulfitt, sennep)
Dagens påsmurt veg	Grillet paprika, kremost, spiremix og karse. (hvete, melk, sulfitt)	Hummus, oliven, piquillo, feta og spicy majones (hvete, sesam, melk, egg, sulfitt, sennep)	Avocado, brie, historiske tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet kikerterburger, hummus og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sulfitt, sennep)	Pulled veg med currymajones og sylta grønnsaker. Serveres i dagens ferske sandwichbrød. (hvete, soya, sulfitt, egg, sennep)
Dagens salat	Pastasalat med strimlet kylling, pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Glassnudelsalat med kyllingconfit, chili-lime dressing og ristede peanøtter. (peanøtter, soya, fisk)	Salat med grillet svinenakke, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete, melk, sulfitt)	Bakte kikerter, grillet blomkål med karridressing, langtidsbakt kylling, sprø grønnsaker og tahiniyoghurt. (sesam, melk)	Pulled pork salat med nudler, hoisin og syltede juliennegrønnsaker. (egg, sulfitt, hvete, soya)
Dagens salat veg	Pastasalat med pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Glassnudelsalat med spisskål, chili-lime dressing og ristede peanøtter. (peanøtter, soya, fisk)	Salat med grillet halloumi, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete, melk, sulfitt)	Bakte kikerter, grillet blomkål med karridressing, sprø grønnsaker og tahiniyoghurt. (sesam, melk)	Salat med nudler, grillet sopp, hoisin og syltede juliennegrønnsaker. (egg, hvete, sulfitt, soya)