

Uke 17							
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag		
VarmLunsj	Kylling "Tom Ka", dampet ris, stekte grønnsaker og syltet chili	Fransk svinegryte med sennep, rotgrønnsaker og småpoteter (melk, sennep)	Bakt laks med smørdampet kål og grønnsaker, båtpoteter med hvitløk og soyasmør (fisk, soya, melk)	Asiatiske braiser svinenakke, dampet ris, soyamarinerte wokgrønnsaker. Syltet chili og gulrot	Lasagne al forno. Bakt fennikel og squash med parmesandressing. (hvete, melk)		
VarmLunsj Veg	Vegan "Tom Ka", dampet ris, stekte grønnsaker og syltet chili	Tomatiserte grønnsaker og kikerter, med bakte småpoteter	Bakt sopp med smørdampet kål og grønnsaker, båtpoteter med hvitløk og soyasmør (soya, melk)	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	Salami, mozzarella, pesto, tomat (hvete, melk, sulfitt)	Sandwich med Serranoskinke, grillet paprika og hjertesalat. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med pulled pork, grønnsaksjulienne og hoisindressing (hvete, soya)	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)	Sandwich med Brie de meaux, grillet paprika og hjertesalat, valnøtter og honning. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med pulled vego, grønnsaksjulienne og hoisindressing (hvete, soya)	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)	Bulgursalat med feta, soltørket tomat, middelhavsarter og marinert kylling. (hvete, melk, sulfitt)	Caesarsalat med kylling (hvete, egg, melk, sulfitt, sennep, fisk)	Gresk salat med feta, oliven, tzatziki og grillet scampi (melk, skaldyr, sulfitt)	Fattoush med grillet kylling og krutonger (hvete, soya)		
Dagens salat veg	Nudelsalat, bakte grønnsaker, vegetarballer og ristede peanøtter. (sulfitt, peanøtter, sesam)	Bulgursalat med feta, soltørket tomat, middelhavsarter og marinerte kikerter. (hvete, melk, sulfitt)	Vegetarcaesarsalat (hvete, egg, melk, sulfitt, fisk, sennep)	Gresk salat med feta, oliven og tzatziki (melk, sulfitt)	Fattoush med krutonger (hvete)		

Uke 18					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Sennepsstekt kyllinglår med grillet Grønnsaker, Bulgur med urter og yoghurt dressing (hvete, melk, sennep, hvitløk)	Høyrygg av frittgående storfe i autentisk rød curry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Hjemmelaget fiskegrateng og koktepoteter med råkost. (hvete, fisk, melk, hvitløk)	Pepper garlic braisert svinenakke med dampet ris, grønnsaker med krydder glase (hvete, bløtdyr, hvitløk,)	Chili con carne med chipotle, ris og lun pico de gallo
Lunsj Veg	Urterbakte Grønnsaker med falaferboller, burlgur og yoghurt dressing (hvete, melk, hvitløk)	Autentisk rød vegancurry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Grønnsaksgrateng med koktepoteter og råkost (hvete, melk, hvitløk)	Pepper garlic pulled veg med dampet ris, grønnsaker med krydder glase (hvete, bløtdyr, hvitløk)	Chili sin carne med chipotle, ris og lun pico de gallo
Dagens påsmurt	Baguette med Jamon serrano, tomat, brie og aioli. (hvete, egg, sennep, sulfitt, hvitløk, melk)	Foccatia med kylling, coleslaw og grillet paprika (hvete, sennep, egg, sulfitt)	Baguette med røkelaks og eggerøre (hvete, egg, fisk)	Wrap med kylling, srirachamajones, syrlig kål (hvete, sulfitt, egg, sennep)	Hirsebrød med tunfisksalat, chilimajones, og koriander. (hvete, sennep, hvitløk, sulfitt, fisk)
Dagens påsmurt veg	Baguette med brie, tomat og aioli. (hvete, egg, sennep, sulfitt, hvitløk, melk)	Foccatia med Feta, oliven, hummus og grillet paprika (hvete, melk, sulfitt, sesam)	Baguette med eggerøre, spirer og rødløk (hvete, egg)	Wrap med marinerte bønner, srirachamajones, syrlig kål (hvete, sulfitt, egg, sennep)	Hirsebrød med falafel, hummus, og koriander. (hvete, sesam, sulfitt)
Dagens salat	Bulgursalat med 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 Serrano skinke (melk, sulfitt)	Caesarsalat m kylling (hvete, egg, melk, sulfitt, sennep, fisk)	salat med nypoteter, bacon, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille (egg, sulfitt)
Dagens salat veg	Bulgursalat med feta, oliven og Syltet rødløk. (hvete, melk, sulfitt)	"Karedok" salat med syltede grønnsaker, peanøttsaus og kikerter (peanøtt, fisk, skalldyr, sulfitt)	Gresk salat med feta, oliven og tzatziki (melk, sulfitt)	Vegetarcaesarsalat (hvete, egg, melk, sulfitt, fisk, sennep)	salat med nypoteter, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille (egg, sulfitt)

Uke 19						
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	
Lunsj	Laks med honning og soyasaus, grillet grønnsaker, nudler og boc choy(soya, hvete, egg, sesam, hvitløk)	Kokosmarinert kyllinglår med sataysaus, grønnsaker og Jasmin ris (hvitløk, peanøtter, sulfitt)	Pasta med kjøttboller, tomatsaus, grønnsaker og parmesanost(hvete, melk, sulfitt, hvitløk)	Braisert høryrugg med grillete grønnsaker med rosmaring og hvitløk. Bakte småpoteter med balsamicovinaigrette (sulfitt, hvitløk)	Grillet svinenakke med egenkomponert BBQ rub, smoky BBQ saus, lun potetsalat og maiskompott (soya, sulfitt, melk)	
Lunsj Veg	GrilletSopp med honning og soyasaus, grønnsaker, nudler og boc choy(soya, hvete, egg, sesam, hvitløk)	GulCurry med Grønnsaker, urter, Jasminris(hvitløk, sulfitt)	Pasta med vegetarballer, tomatsaus, grønnsaker og parmesanost(hvete, melk, sulfitt, hvitløk)	Braiserte beter med grillete grønnsaker med rosmaring og hvitløk. Bakte småpoteter med balsamicovinaigrette (sulfitt, hvitløk)	Pulled Vego med egenkomponert BBQ rub,smoky BBQ saus, lun potetsalat og maiskompott (soya, sulfitt, melk)	
Dagens påsmurt	Wrap med tandoorikylling og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Sandwich med Røkt skinke, syrlig kål, ost og chiliaioli (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Baguett med salami, brie, aioli og grillet paprika (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	BLT sandwich, Bacon, salat og tomat med avocado. (hvete, egg, sennep, sulfitt)	'Banh mi" med pork belly, chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete,sulfitt, fisk, egg, sennep)	
Dagens påsmurt veg	Wrap med tandoorigrønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Sandwich med Hummus, feta og soltørket tomat (hvete, melk, sesam, sulfitt)	Baguett med brie, tomat, aioli og grillet paprika (hvete, egg, melk, sennep, sulfitt)	Sandwich med tomat, avocado, salat og hummus. (hvete, sesam)	'Banh mi" med pulled vego chiliaioli, syltede grønnsaker og salat (hvete,sulfitt, fisk, egg, sennep)	
Dagens salat	Brokkolislaw med kylling, byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Fattoush med pulledpork og krutonger(hvete,soya)	Thai "Som Tam" salat med kylling og chili-lime dressing (sulfitt, peanøtter)	Pastasalat med Røkt laks, creme fraiche, og bakte grønnsaker. (hvete, fisk,melk)	Tomat Mozarellasalat med pesto, serrano og rødløk(melk, sulfitt, solsikkerkjerne)	
Dagens salat veg	Brokkolislaw med byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Fattoush med krutonger (whete, soya)	Thai "Som Tam" salat med avocado og chili-lime dressing (sulfitt, peanøtter)	Pastasalat med ruccola, creme fraiche, urter og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	Tomat Mozarellasalat med pesto og rødløk (melk, sulfitt, solsikkerkjerne)	

Uke 20						
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	
Lunsj	Kyllinglår tandoori med jasminris, bakte grønnsaker med korianderyoghurt(melk, hvitløk, sulfitt)	Ovnstekte koljekarbonader, med hvitsaus, smørdampede grønnsaker urtestekte småpoteter(melk, hvete, fisk, hvitløk)	Viltgryte med sopp og tyttebær på høyrygg av okse, grov potetmos (melk, sulfitt, sennep)	Asiatiske braiser svinenakke, dampet ris, soyamarinerte wokgrønnsaker. Syltet chili og gulrot	Grillet burger med løkkompott, grillet paprika, potetbåter og briochebrød	
Lunsj Veg	Channa Masala , med jasminris, bakte grønnsaker(sulfitt, hvitløk)	Vegetarballer med urtesaus, Grillede grønnsaker og urtestekte småpoteter(sulfitt, hvitløk)	Viltgryte vegetar med sopp og tyttebær, grov potetmos(melk, sulfitt, sennep)	Pulled Veg med hoisin, dampet ris, soyamarinerte wokgrønnsaker. Syltet chili og gulrot	Grillet veg'burger med løkkompott, grillet paprika, potetbåter og briochebrød	
Dagens påsmurt	Hirsebrød med kyllingmiks, crispysalat og koriander(egg, sennep, hvitløk, melk)	Pulledpork, spicy coleslaw, hjemmelaget bbq saus og sylta rødløk. (soya, hvete, sulfitt)	Serrano, brie, tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet biff, chevre og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sennep, sulfitt)	Wraps med tomatisert kremost, kylling og sylte Grønnsaker(hvete, melk, sulfitt, sennep)	
Dagens påsmurt veg	Hirsebrød med Hummus, oliven, feta (hvete, sesam, melk, sulfitt)	Pulled oumph, spicy coleslaw, hjemmelaget bbq saus og sylta rødløk. (soya, hvete, sulfitt)	Avocado, brie, tomater, pesto og aioli. Serveres i foccatia. (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Grillet kikertburger, hummus og salat med sennepsvinaigrette. (hvete, melk, sulfitt, sennep)	Wraps med tomatisert kremost, rødebønner og sylte Grønnsaker(hvete, melk, sulfitt, sennep)	
Dagens salat	Salat med Scampi, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete,skaldyr, melk, sulfitt)	Caesarsalat m kylling og bacon (hvete, egg, melk, sulfitt, sennep, fisk)	Glassnundersalat med chili namjim, reker, agurk, mynthe, tomat og peanøtter(fisk, hvitløk, sulfitt, peanøtter, skaldyr)	Beefsalat med mynthe, agurk,tomat og peanøtter (peanøtt, fisk, sulfitt)	Pastasalat med strimlet kylling, pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	
Dagens salat veg	Salat med grillet grønnsaker, bulgur, feta og syltet rødløk (hvete, melk, sulfitt)	Vegetarcaesarsalat (hvete, egg, melk, sulfitt, fisk, sennep)	Glassnundersalat med chili namjim, agurk, mynthe, tomat og peanøtter(hvitløk, sulfitt, peanøtter)	Asiatisk salat, med mynthe,agurk,tomat og peanøtter(peanøtt,sulfitt)	Pastasalat med pesto, og bakte grønnsaker. (hvete, melk)	

Uke 21					
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Lunsj	Høyrygg av frittgående storfe i autentisk rød curry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Ovensbakte kyllinglår med rosmarin, rotgrønnsaker, urtersjy og potet tilsmakt med oliven (selleri, sulfitt, hvitløk)	Laks med honning og soyasaus, grillet grønnsaker, nudler og boc choy(soya, hvete, egg, sesam, hvitløk)	Kjøttkaker med kålstuing, grønnsaker brunsaus og poteter (hvete, melk, sulfitt)	Lasagne al forno. Bakt fennikel og squash med parmesandressing. (hvete, melk)
Lunsj Veg	Autentisk rød vegancurry med dampede grønnsaker og ris. (sulfitt)	Vegisterkaker med rosmarin, rotgrønnsaker, urtersjy og potet tilsmakt med oliven(selleri, sulfitt, hvitløk)	GrilletSopp med honning og soyasaus, grønnsaker, nudler og boc choy(soya, hvete, egg, sesam, hvitløk)	Vegetarballer med kålstuing,grønnsaker brunsaus og poteter (hvete, melk, sulfitt)	VegetarLasagne al forno. Bakt fennikel og squash med parmesandressing. (hvete, melk)
Dagens påsmurt	Sandwich med Røkt skinkeomlett, agurk, tomat, smør(hvete, melk, egg, sulfitt)	Wrap med tandoorikylling og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Hirsebrød med roastbiff, brie, aioli og grillet paprika (hvete, melk, egg, sennep, sulfitt)	Wrap med pulled pork, grønnsaksjulienne og hoisindressing (hvete, soya)	'Banh mi" med pork belly, chili aioli, syltede grønnsaker og salat (hvete,sulfitt, fisk, egg, sennep)
Dagens påsmurt veg	Sandwich med greskomlett, agurk, tomat, smør(hvete, melk, egg, sulfitt)	Wrap med tandoorigrønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk, sulfitt)	Hirsebrød med brie, tomat, aioli og grillet paprika (hvete, egg, melk, sennep, sulfitt)	Wrap med falafeboller, hummus og syltegrønnsaker, fetaost (hvete, melk, sesam, sulfitt, sennep)	'Banh mi" med pulled vego, chili aioli, syltede grønnsaker og salat (hvete,sulfitt, fisk, egg, sennep)
Dagens salat	Bulgursalat med langtids bakte kylling , grønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk)	Fattoush med pulledpork og kortunger(hvete,soya)	Brokkolislaw med røktlaks, byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Kremet pastasalat med kylling, romano, rødløk, bacon og parmesan (melk, hvete)	salat med nypoteter, porkbelly, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille(egg,sulfitt)
Dagens salat veg	Bulgursalat med grønnsaker og yoghurt dressing (hvete, melk)	Fattoush med kortunger (whete, soya)	Brokkolislaw med byggryn, rosiner og rødløk (melk, egg, sennep, sulfitt, bygg)	Kremet pastasalat med romano, rødløk og parmesan (melk, hvete)	salat med nypoteter, syltagurk, rødløk, kokte egg, og persille(egg,sulfitt)