

# M I B

S P I S E R I E T 8 0 0 0

## Uge 43 Mandag

### KOLDE ANRETNINGER

- Kalkun serveret med oliventapenade
- Røget filet med æggestand og rød peber
- Kyllingesalat med ristede svampe, asparges og syltede cherrytomater på toppen (L)

### DET VARME

- **Frikadeller (3 stk.) serveret med rødkål**

### GRØNT OG SALAT

- Salat af bagte kartofler, savojkål, agurk, og rødløg
- Blandet salat med blomkål, edamamebønner og gulerod

### MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød

## Tirsdag

### KOLDE ANRETNINGER

- Kyllingepålæg med mayonnaise og syltede rødløg
- Makrel i tomat vendt med citronmayonnaise og frisk dild

### DET VARME

- **Oksekøds-kålgryde med persillerødder og porrer**

### GRØNT OG SALAT

- Middagssalat med hvide bønner og ost
- Salat med perlebyg, broccoli, bagte tomater og græskarkerner

### OSTE

- Vores gode ost fra JAMAost serveret med appelsinkompot (L)

### MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød

## Onsdag

### KOLDE ANRETNINGER

- Roastbeef med remoulade, ristede løg og høvlet peberrod
- Æg serveret med rejer og dildmayonnaise

### DET VARME

- **Kogt røget skinke serveret med flødekartofler (L)**

### GRØNT OG SALAT

- Savojkål med æbler, fennikel og hasselnød
- Rødbedecarpaccio med lufttig fløde

### DET SØDE ELEMENT

- Chokolademarengs fra MIBbagværk

### MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød

# M I B

S P I S E R I E T 8 0 0 0

## Torsdag

### KOLDE ANRETNINGER

- Kogt sprængt oksebryst med gulerodspesto og basilikum
- Pålægssalat af pulled pork og urtecreme

### DET VARME

- **Grønkål og kylling i karry med løse ris**

### GRØNT OG SALAT

- Nudelsalat med gulerod, kinaradiser og broccoli
- Saltet hvidkål med vilde poppede ris

### OSTE

- Vores gode oste fra JAMAost serveret med nødder og tørret frugt i sirup (L)

### MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød

## Fredag

### **Menu inspireret af retter fra Middelhavet:**

### KOLDE ANRETNINGER

Lufttørret landskinke med avocadodip og forårsløg  
Grøntsagsstave serveret med hummus

### DET VARME

- **Caprese empanada med fyld af mozzarella, tomat og basilikum (G,L)  
serveret med chimichurri**

### GRØNT OG SALAT

- Italiensk salat med bacon (G,L)
- Grøn salade nicoise med linser, bønner og æg

### MIBBAGVÆRK

- Foccacia brød (G)

**G=glutenfri, L=laktosefri**

**www.martiniib.dk**