

PORTIONSFRØKOST HOS SPISERIET8000 - UGE 31

MANDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Salami serveret med remoulade og ristede løg (halal)
- Lufttørrede serranoskinke serveret med tomatpesto og rucola (SV)

DET VARME

- **Frikadeller (2 stk.) serveret med fyldig stuvning af sommerens friske kål (SV,G,L)**

GRØNT OG SALAT

- Quinoa salat med bønner, tomater og agurk (V)
- Blandet salat med kikærter, blomkål og rød peber (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød bagt med økologisk mel (G,V)

TIRSDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Kyllingebryst med urter (halal) serveret med russisksalat og brøndkarse (L)
- Kogte æg med danske tomater og purløgsmayonnaise

DET VARME

- **Sweet and sour chicken med løg, gulerødder, porre og ananas serveret med løse ris**

GRØNT OG SALAT

- Asiatisk inspireret kålsalat – drysset med peanuts (V)
- Friske sprøde salater med blommer, vindruer, blåbær og hindbær (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød bagt med økologisk mel (G,V)

ONSDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Kogt røget hamburgerryg serveret med italiensk salat (SV)
- Dampet torsk serveret med sennepscreme og hakket æg på toppen (L)

DET VARME

- **Vores egen lækre stroganoff af okse med løg, champignon, peberfrugt serveret med klassisk kartoffelmos**

GRØNT OG SALAT

- Blandet salat med danske agurker, danske tomater og majs (V)
- Den klassiske broccolisalat med rødløg, solsikkekerner og rosiner (L)

DET SØDE ELEMENT

- Cookies fra MIBbagværk (G,L,V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød bagt med økologisk mel (G,V)

TORSDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Oksebryst serveret med peberrodscreme, høvlet peberrod og rød peber
- Kalkunsalat (halal) vendt med sprød blomkål og majs (L)

DET VARME

- **Kalkunbryststeg a la Provence serveret med sauté af bagte grøntsager tilsat kartofler og marinade af kolonihavens urter**

GRØNT OG SALAT

- Melonsalat med mynte og ristede cashewnødder (V)
- Couscous salat med grønne linser, radiser, edamame bønner og ærter (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød bagt med økologisk mel (G,V)

FREDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Ålerøget skinke serveret med æggestand og krydderurtesalat (SV,L)
- Tunmousse vendt med danske løg, dild og syrlige agurker – toppet med rejer (L)

DET VARME

- **Vi slutter ugen af med Spiseriet's smagfulde lasagne (G,L)**

GRØNT OG SALAT

- Tomatsalat med løg, oliven og salatost – frisk basilikum på toppen (L,V)
- Bagte danske gulerødder og hjertesalat med græskærkerne-topping (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød bagt med økologisk mel (G,V)

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød / V = vegetar



WWW.MARTINIB.DK

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød