

PORTIONSFRØKOST HOS SPISERIET8000 - UGE 43

MANDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Oksespegepølse serveret med kaperscreme (L)
- Hvidløgsflødeost vendt med purløg og dild (V, L)

DET VARME

- **Glaseret skinke hertil kartoffelgratin med dejlige grøntsager (SV, L)**

GRØNT OG SALAT

- Perlebyg med rød spidskål, oliven og semidried tomater (G, V)
- Blandet salat med blomkål, edamame bønner og bolche beder (V)

MIBBAGVÆRK

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

TIRSDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Kalkunbryst (halal) serveret med creme af knoldselleri
- Den klassiske wienersalat med syltede agurker, kartofler og rødløg (SV, L)

DET VARME

- **Tarteletter (2 stk., halal) serveret med høns i asparges og persille på toppen (G)**

GRØNT OG SALAT

- Middagssalat med hvide bønner og ost (L, V)
- Blandet salater med rødkål, grønkål og pestoristede solsikkekerner (V)

MIBBAGVÆRK

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

ONSDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Roastbeef serveret med remoulade, ristede løg og høvlet peberrod
- Tun med løg, ærter og friske æbler vendt i karrydressing (L)

DET VARME

- **Italiensk a la pasta pomedora med løg, gulerødder, tomat, basilikum og hvidløg (G)**

GRØNT OG SALAT

- Hjertesalat med squash, agurk og tomater (V)
- Gulerodsfrøkost med blomkål, ananas og frisk kørvel (V)

DET SØDE ELEMENT

- Chokoladekiks (G, L, V)

MIBBAGVÆRK

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

TORS DAG

KOLDE ANRETNINGER

- Kogte æg serveret med agurk og purløgsmayonnaise (V)
- Svinekam serveret med hjemmelavet rødkål (SV)

DET VARME

- **Kyllingestroganoff med løg, svampe og piement serveret med løse ris (halal)**

GRØNT OG SALAT

- Saltet hvidkål med vilde poppede ris (V)
- Grøn salat med spidskål, broccoli og pærer (V)

MIBBAGVÆRK

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

FREDAG

KOLDE ANRETNINGER

- Tapas anretning med paté, ost og salami (L, SV) – serveret med urtemayonnaise, persille/basilikumspesto, oliven og syltede rødløg

DET VARME

- **Helstegt svinemørbrad på bund af kartoffel sauté og bagte rodfrugter – serveret med svampesauce (SV)**

GRØNT OG SALAT

- Græskarsalat med beluga linser og savoykål (V)
- Salat med cherrytomater, majs og agurk (V)

MIBBAGVÆRK

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

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



WWW.MARTINIB.DK

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød