

Take Away - menuplan

Januar

Uge	Dato	Menu
1	2. Januar	- Take away starter fredag
	5. Januar	"..I det nye år skal jeg spise sundt!" Derfor kan du vælge dagens menu, som giver fuldkorn, grønt, fisk og nødder. Samarbejde med diætist Mia Rasholt. (Arbejdstekst) Lys fisk i creme fraiche sauce med nødder, grov tabuleh af bulgur, gulerødder, løg, knoldselleri og linser, samt en salat af grønne bønner, edamame bønner, kikærter, spidskål og krydderolie
2	9. Januar	Paneret skinkeschnitzler (fra varm) og flødekartofler (fra varm) med broccoli og peberfrugt i
	12. Januar	Thai karry med kylling, grøntsager og ris
3	16. Januar	Fiskefrikadeller (fra varm) med grove fritter, ovnbagte grøntsager og dip
	19. Januar	Braiseret svinekæber (fra varm) med kålrabimos
4	23. Januar	Vietnamesisk 'pho' med gris, grøntsager og nudler
	26. Januar	Vinterplatter med brød
5	30. Januar	Skaftkoteletter med bagte rodfrugter og sovs

Februar

Uge	Dato	Menu
5	2. Februar	Svinemørbrad i fad med champignon fløde sauce og kartofler
6	6. Februar	Frikadeller med stuede kål og kartofler
	9. Februar	Super Bowl optakt: Okseburger med bløde løg, cheddarsovs, syltede argurker og ristede kartofler
7	13. Februar	Lukket - Vinterferie
	16. Februar	Lukket - Vinterferie
8	20. Februar	Cottage pie af okseragout og låg af kartoffelmos med salat til
	23. Februar	Stegt ørred med bagte jordskokker, kartofler, porre, grønkål, løg og en sovs med sherry og purløg
9	27. Februar	Lasagne med salat

Marts

Uge	Dato	Menu
9	1. Marts	Gammeldagsoksesteg med sovs og kartofler, surt og salat
10	5. Marts	Boller i karry med ris og salat
	8. Marts	Hotwings, bagekartoffel med kryddersmør, creme fraiche dip og kålsalat
11	12. Marts	Stegt flæsk med kartofler, persillesovs, syltede rødbeder og salat
	15. Marts	Græske bøffer med tzatziki, krydrede kartofler og græsk salat
12	19. Marts	Tarteletter med høns i asparges og råkost
	22. Marts	Tacos med krydret oksespidsbryst, limesalat, majssalsa og yoghurt dip
13	26. Marts	Biksemad med and og spejlæg, kold bearnaisedip, syltede rødbeder og ærtesalat
	29. Marts	Langfredag

