

Menuplan uge 44

Sundt, grønt og klimavenligt

Du vil i Ernæringsugen komme til at prøve nogle lidt mere sunde, grønne og klimavenlige retter.

De serveres ved hovedmåltidet og som mellemmåltider.

MANDAG

Chili sin carne m/ris, salat og cremefraiche
Frisk frugt

EFTERMIDDAG

Rugbrøds muffins m. chokoladestykker



ONSDAG

Fiskefrikadeller m/hvide bønner, kartofler,
persillesauce og salat
Juliennesuppe m/groft brød

EFTERMIDDAG

Gulerodsbolle



FREDAG

Italiensk farsbrød m/linser, stegte kartofler,
skysauce og salat
Frisk frugt

SEN AFTEN

Chokoladecake m/sorte bønner og creme-
fraiche

