



## Frokostbuffet uge 41, 2019 Herlufsholm Skole og Gods

DATO Uge B	Vegetarret	Pålæg (kan være fisk)	Lun ret (fisk, kød, fjerkræ eller suppe)	Tilbehør ris, pasta, kartofler	Salatbar	Dressing	Blandet salat	Rugbrød og groft brød	5-mad
<b>Mandag</b> 7. oktober	Blomkålsgratin	Halve æg med rejer, mayonnaise og citron	Kyllingelår med ovnbagte gulerødder	Fuldkornspastaskruer	Iceberg Cherrytomater Majs Ovnbagt squash Rødbede humus	Dagens dressing	Blandede grønne salater med marinerede champignon og soltørrede tomater	Rugbrød Dagens brød	Rugboller med chokolade
<b>Tirsdag</b> 8. oktober	Minestrone suppe med kartofler og hvide bønner (vegansk)	Hønsesalat med champignon og karse	Abrikosglaseret svinekam S med stegte broccoli	Ris	Iceberg Revet gulerod Oliven Bagt selleri Rødbede humus	Dagens dressing	Rødkålssalat med tranebær, rødløg og <b>mandler</b>	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	Pestosnegl
<b>Onsdag</b> 9. oktober	Grøntsagsbøf med bløde løg (vegansk)	Paprikakalkun med blandet peber	Hakkebøf med bløde løg og agurkesalat	Små ovnstegte kartofler	Iceberg / rucola Agurk Marinerede champignon Ovnbagt rødbede Edamamebønner	Dagens dressing	Salat med spidskål, sukkerærtter og peberfrugt	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	Halv wrap med flødeost, skinke og babymix
<b>Torsdag</b> 10. oktober	Vegetarisk wokret (vegansk)	Spegepølse S med karse	Wokret med kalkun	Nudler	Iceberg Peber i strimler Majs Bagt blomkål Grøntsagsspread	Dagens dressing	Pak choysalat med nigellafrø, løg og <b>feta</b>	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	Havrebolle med smør
<b>Fredag</b> 11. oktober	Kartoffelpizza	Lakseanretning med rejer	Pizza med hakket oksekød, løg og peberfrugt (elevønske)	<b>Månedens overraskelse</b>	Iceberg Babysalatmix Cherrytomater Agurk Ærter Grøntsagsspread	Dagens dressing	Dagens blandede salat	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	

**Bemærk: Der serveres ost på buffeten 2-3 gange om ugen med tilbehør.**  
Ret til ændringer forbeholdes.

**FRUGT alle dage sæson**