



## Frokostbuffet uge 9, 2020 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> 24. februar	Vintersuppe	Røget makrel med rørag og purløg	Fyldt kalkunbryst med grillsauterede grøntsager	Pasta tricolore	Iceberg Ærter Gulerødder i tern Sorte oliven Krydret mos af butterbeans	Dagens dressing	Sprød kålsalat med appelsin, pære og hasselnødder <b>hasselnødder</b>	Rugbrød Dagens brød	Bolle med banan og chokolade
<b>Tirsdag</b> 25. februar	Blomkålsgratin	Laksesalat	Wok med oksekød	Nudler	Iceberg Agurk Bagte broccoli Soltørret tomat Marinerede kidneybønner	Dagens dressing	Salat med grønne bønner, edamamebønner, quinoa og gulerødder	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	"Bedstefars skæg" med rabarber
<b>Onsdag</b> 26. februar	Rødbedebøf (vegansk)	Leverpostej S med agurk	Kyllingekrebinetter med bagte rodfrugter	Bulgur	Iceberg Majs Peberfrugt Ristede kerner Humus	Dagens dressing	Blomkåls-tzatziki	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	Grovbolle med smør
<b>Torsdag</b> 27. februar	Spansk tortilla	Æg med karse	Sprængt svinekam S med bagte gulerødder	Små ovnstegte kartofler	Iceberg Gul peberfrugt Bagte squashstave Blomkål Humus	Dagens dressing	Grøn salat med agurk, sukkerærter, avocado og purløg	Rugbrød Dagens hjemmebagte brød	Focacciabolle med tomat og ost
<b>Fredag</b> 28. februar	Grøntsagsgryde (vegansk)		Italiensk kødsovs	Pastaskruer	Iceberg Tomat Agurk Løg	Dagens dressing Ketchup Chilisovs	Spidskålsalat med ærter og dild	Flûtes Banankage	

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

**FRUGT alle dage sæson**