

Veganer ret

UGE 31 - Mandag

DAGENS LUNE RET

Frikassé med sommergrønt og kartofler vendt med havens urter ^(1,7,10)

KREATIVE SALATER

Blomkål vendt med dukkah. Toppet med rucola ^(8,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Veganer ret

UGE 31 - Tirsdag

DAGENS LUNE RET

Taco tubes med 2 slags bønner, grønt ^(1,7,13,15) og spicy salsa ^(13,15)

KREATIVE SALATER

Frilice, ærter, grønne æbler, mild æblecidervinaigrette og rugbrødstuille ^(1,8,13)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Veganer ret

UGE 31 - Onsdag

DAGENS LUNE RET

Creoler med krydret peberfrugt ^(1,7,10,15) Serveret med ris

KREATIVE SALATER

Broccoli, hvedekerner, frisésalat og rosiner. Toppet med ristede solsikkekerner og sennepsvinaigrette ^(1,11,13)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Veganer ret

UGE 31 - Torsdag

DAGENS LUNE RET

Grøntsags frikadeller (3 stk. pr. person) ^(1,10,15) Serveret med lun pastasalat vendt med krydderurter, skalotteløg, soltørrede tomater og spinat ^(1,15)

KREATIVE SALATER

Revet gulerødder vendt med hjertesalat, rucola og citronvinaigrette ⁽¹³⁾

Romkugler ^(1,7,9)

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN

Veganer ret

UGE 31 - Fredag

DAGENS LUNE RET

Veggie lasagne (1,7,10,13,15)

KREATIVE SALATER

Feldsalat med melon, quinoa og mynte

Tallene på menuen refererer til de 15 allergener. 1. Gluten, 2. Æg, 3. Fisk, 4. Jordnødder, 5. Krebsdyr, 6. Mælk, 7. Soja, 8. Sesam, 9. Nødder, 10. Selleri, 11. Sennep, 12. Lupin, 13. Svovldioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

Skriv det til os, så vi sammen kan bekæmpe madspild.
torvekoekken@torvekoekken.dk



JESPERS TORVEKØKKEN