

# SUND FORNUFT MENU

UGE 47

## MANDAG

### DAGENS LUNE RET



Chili con carne med røde og hvide bønner. Serveres med tortilla chips samt yoghurt tilsmagt med citron (1,6,11,13,15)

### DAGENS GRØNT

Revet rødbede vendt med spinat og grape.

Quinoa og bagte søde kartofler vendt med løg, koriander og rødkål.

Dagens salatbuffet: Feldsalat, radicchio, majs, gulerod, tomat og squash. Salsa verde dressing (13,15)

### DAGENS CHARCUTERITALLERKEN

Skinkesalat vendt med mango og urter (2,6,11,13,15)

Røget kalkunbryst med tomatcreme (2,6,11,13,15)

Spegepølse med ananaschutney, bagte løg og urter (1,2,6,11,13)

Hvis tilkøbt: Flæskesteg med lime Marineret kål (13)

Hvis tilkøbt: Mix af oste med tapenade (6,15)

Dagens brød (1,6,8,9)



**30-60% økologi**



JESPERS TORVEKØKKEN

Ærlig mad · Herlig mad



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

# SUND FORNUFT MENU

UGE 47

## TIRSDAG

### DAGENS LUNE RET

Forloren hare ( 1 stk. pr. person ) Serveres med grov mos. Hertil kompot af tyttebær og dampet broccoli (1,2,6,13)

### DAGENS GRØNT

Grønne salater med tomat og agurk.

Salat af perlebyg med æbler, solbær og frisse (1,13)

Dagens salatbuffet: Lollorrosa og frisse, Blomkål, ærter, rødbeder og rosiner. Purløgs/yoghurtdressing

### DAGENS CHARCUTERITALLERKEN

Rygeostesalat med drueagurk og dild (2,6,11,13,15)

Roastbeef med agurkesalat og peberrod (2,6,11,13)

Hamberryg med italiensksalat (2,6,11,13)

Hvis tilkøbt: Kalkunchorizo med syltede græskar (6)

Skæreoste med kompot af svesker (6)

Dagens brød (1,6,8,9)



**30-60% økologi**



JESPER TORVEKØKKEN

Ærlig mad · Herlig mad



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

# SUND FORNUFT MENU

UGE 47

ONSDAG

## DAGENS LUNE RET



Kylling i karry med bambusskud, gulerod og springløg. Serveres med ris smagt til med lime (6,13,15)

## DAGENS GRØNT

Broccolisalat med mungbønner og peanuts-dressing (4,7,13)

Salat af rødkål marineret med chili og ingefær (13)

Dagens salatbuffet: Spinat, romaine, rød peberfrugt, grønne bønner, græskar og hvidkål.

Honning-chili vinaigrette (11,13)

## DAGENS CHARCUTERITALLERKEN

Torskesalat med koriander, edamame bønner og sød chili (2

Okse med soya glaseret peberfrugt (7,11,13)

Røget filet med stegte æg (2,6)

Hvis tilkøbt: Kalvecuvette med ærte-mynte pure (6,8,15)

Hvis tilkøbt: Oste med syltet chili (1,6)

Hvis tilkøbt overraskelse: Frugtstænger af tørret frugt og sesam (8,13)

Dagens brød (1,6,8,9)



30-60% økologi



JESPERS TORVEKØKKEN

Ærlig mad · Herlig mad



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

# SUND FORNUFT MENU

UGE 47

## TORSDAG

### DAGENS LUNE RET



Nakkefilet ( 1. stk. pr. person 9 med rosmarin. Serveres med pasta i cremet sauce med tomat og squash (1,2,6,13,15)

### DAGENS GRØNT

Blomkålssalat med æbler, mandler og pesto (9,13,15)

Spidskålssalat med salatost og citron (6,13,15)

Dagens salatbuffet: Lollorossa og friise, gulerødder, majs, knoldselleri og græskarkerner (10)

Oregano vinaigrette (13,15)

### DAGENS CHARCUTERITALLERKEN

Kalkunsalat med kartofler, løg og persille (2,6,11,13)

Kalvebryst med rød pestocreme (2,6,9,11,13)

Rullesteg med råsyltet fennikel og bolchebeder (13)

Hvis tilkøbt: Varmrøget laks med sauce tatar (2,3,6,11,13,15)

Hvis tilkøbt: Skæreoste med tomat "marmelade" (6)

Kage Ris ala mande (7)

Dagens brød (1,6,8,9)



**30-60% økologi**



JESPERS TORVEKØKKEN

Ærlig mad · Herlig mad



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

# SUND FORNUFT MENU

UGE 47

FREDAG

## DAGENS LUNE RET

Flæskesteg ( 1. stk. pr. person ) med brun sovs, kartofler og syltede agurker (1,10,13,15)

## DAGENS GRØNT

Rødkål og appelsin vendt i citrussaft og brun farin. Toppet med ristede hasselnødder (9)

Waldorff salat (2,6,9,11,13)

Dagens salatbuffet: Hjertesalat, bulls blood, agurk, tomat, rødbeder og fennikel.

Urtdressing (6)

## DAGENS CHARCUTERITALLERKEN

Hønsesalat med peberfrugtcreme og bladselleri (2,6,10,11,13,15)

½ kogt æg med rejer, mayonnaise og citron (2,5,6,11,13)

Leverpostej med champignon og bacon

Hvis tilkøbt: Glaseret skinke med rævesauce (2,6,11,13)

Hvis tilkøbt: Oste med syltede nødder (6,9,13)

Dagens brød (1,6,8,9)



30-60% økologi



JESPERS TORVEKØKKEN

Ærlig mad · Herlig mad



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