

# Vegetar Menu

## UGE 29 - mandag

### DET LUNE

Pasta med bagte tern af squash, auberginer og bagte tomater. Toppet med knust feta<sup>(1,6,15)</sup>

### DET GRØNNE

Sommerkål med ærter og radiser, yoghurt dressing rørt med urter<sup>(6)</sup>

Ciabattabrød<sup>(1)</sup>

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



# Vegetar Menu

## UGE 29 - Tirsdag

### DET LUNE

Indisk samosa (1 stk. pr. person)<sup>(1,2,6,12,15)</sup>. Serveret med spidskål, vendt med mango og chili. Toppet med koriander<sup>(1,2,6,15)</sup>

### DET GRØNNE

Salater anrettet med honningristede gulerødder og selleri. Toppet med hakkede valnødder og persille<sup>(9,10)</sup>

Italiensk kernebrød<sup>(1)</sup>

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



# Vegetar Menu

## UGE 29 - Onsdag

### DET LUNE

Fyldte squash gratineret med ost<sup>(6,11,13,15)</sup> og tzatziki<sup>(6,15)</sup>

### DET GRØNNE

Revet squash, rosiner, karse, olivenolie og oliven

Valnøddebrød<sup>(1,9)</sup>

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



# Vegetar Menu

## UGE 29 - Torsdag

### DET LUNE

Paneret selleri schnitzel (2 stk. pr. person)<sup>(1,2,6,10)</sup> med ovnbagte fritter og sauce tatare<sup>(2,6,11,13)</sup>

### DET GRØNNE

Torvets salater med ærter, croutons, purløg og agurkestykker med sennepscreme<sup>(1,2,6,11,13)</sup>

Gulerodskage<sup>(1,2,6,9)</sup>

Müslibrød<sup>(1)</sup>

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. Svovdioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

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



JESPERS TORVEKØKKEN



# Vegetar Menu

## UGE 29 - fredag

### DET LUNE

Pasta med fyldig arrabbiata sauce. Toppet med babyspinat, parmesan og persille<sup>(1,10,13,15)</sup>

### DET GRØNNE

Bitre salater med æble, majs og agurk samt estragoncreme<sup>(6,11,13)</sup>

Chiabrød<sup>(1)</sup>

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. Svovdioxid, 14. Bløddyr, 15. Hvidløg



Får I for meget mad?

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



JESPERS TORVEKØKKEN