



Vejledende madplan for varm mad maj 2021

UGE 18

04.05. Forloren hare af kylling fars m. kartofler + grønt
06.05. Vegetarisk speghettibolognaise + grønt

UGE 19

11.05. Millionbøf m kartoffelmos, rødbeder + grønt

UGE 20

18.05. Tarteletter m. kylling i asparges
20.05. Porre/kartoffelsuppe m. bulgur + hj.bagte fuldkornsflutes

UGE 21

25.05. Chili con carne m. brune ris + grønt
27.05. Kyllingefrikadeller m. kartofler + karrysovs + grønt



Velkomme



Som udgangspunkt laves der varm mad efter ovenstående madplan. Eftermiddagsmaden består disse dage af rugbrød med forskelligt pålæg, samt årstidens frugt og grønt.

De øvrige dage serveres der rugbrød med forskellige sundt og varieret pålæg. Til alle disse måltider serveres der desuden altid 1 – 2 forskellige slags rå eller kogte grøntsager.

Hver formiddag og eftermiddag serveres der forskellige slags spændende, sunde og grove hjemmebagte brød eller boller. Hertil årstidens frugt og grønt.

Der serveres mælk til morgenmad og frokost.

Madplanen er kun vejledende, der kan ske ændringer ved sygdom/ferie.

VELBEKOMME

