



Vejledende madplan for varm mad februar 2021

UGE 5

02.02.

Millionbøf m. kartoffelmos + grønt

04.02

Kyllingekødboller i karry med brune ris og grønt

UGE 6

09.02.

Rodfrugtesuppe m. bulgur + flutes

11.02.

Pirogger + grøntsager

UGE 7

16.02.

Æggekage m. bacon og grøntsager

18.02.

Pitabrød m. spændende fyld

UGE 8

23.02.

Stegte kyllingelår m. bagte kartofler og rodfrugter + grønt

25.02.

Fiskefrikadeller m. kartofler + lækker sovs



Velbekomme



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

