

MENU UGE 21



MAN

TIRS

HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Persillepesto + Thousand Island (L) + Italiensk dressing
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

KOLDE ANRETNINGER

- Landskinke med porre-æblesalat (SV)
- Kylling stegt med friske urter og grillet majs
- Spread: Hummus

DET VARME & VEGETAR

- Pasta Penne Arrabiata med parmiggiano (G, L)

GRØNT & SALAT

- Cæsarsalat med spidskål, croutons, parmesan og dressing (G, L)
- Agurkesalat med sød chili, selleri, hvidkål, ærter og sennep-honningvinaigrette

KOLDE ANRETNINGER

- Æggesalat med dildmayo og cherrytomater
- Mortadella med basilikum- og tomatpesto (SV)
- Spread: Pesto og grillet squash

DET VARME

- Kyllingeoverlår med nye kartofler vendt i dild, hertil estragoncreme (L)

VEGETAR

- Grøntsager tajin med couscous (G)

GRØNT & SALAT

- Gulerodssalat med rødkål, rucola, tranebær og solsikkekerner
- Tomatsalat med forårsløg, grønne ærter, friskost og balsamico glaze (L)
- Grønt shot

MENU UGE 21



HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Persillepesto + Thousand Island (L) + Italiensk dressing
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

KOLDE ANRETNINGER

- Hamburgerryg med italiensk salat (SV)
- Oksesalami med kapersmayo og sprøde rodfrugter

DET VARME

- Klassiske karbonader med gulerødder, ærter og persille i hvid sauce samt kogte kartofler

VEGETAR

- Paneret selleri med gulerødder, ærter og persille i hvid sauce samt kogte kartofler

GRØNT & SALAT

- Waldorfsalat med æbler, selleri, grønkål, druer og valnødder (L)
- Salat med blomkål, persille, spidskål, forårsløg, radiser og græskarkerner

DET SØDE ELEMENT

- Overraskelser fra MIBbagværk (G, L)

KOLDE ANRETNINGER

- Laksesalat med cremefraiche, spidskål, røde æbler og dild (L)
- Kylling i karrydressing med urter

DET VARME

- Kalkun med krydrede gnocchi (L)

VEGETAR

- Tofu og svampe i tomat med kikærter

GRØNT & SALAT

- Kikærtesalat med majs, salatost og ristede kerner (L)
- Pastasalat med persillepesto, sprøde salater, grønkål og artiskokker (G)

KOLDE ANRETNINGER

- Charcuteri, ost, syltede og friske grøntsager, tapenade og oliven (SV, L)

DET VARME

- Taco al Pastor - Braiseret grisenakke med grillet majs, chimichurri, brændt ananas og pico di gallo

VEGETAR

- Friterede østershatte og grillet majs

GRØNT & SALAT

- MIB's fredagssalater
- Pakhusenes detox shot