

DEN VARME FROKOST HOS SPISERIET8000 - UGE 25

MANDAG

DET VARME

- Farseret porrer serveret med sommerstuede kål (SV, G, L)

GRØNT OG SALAT

- Perlebyg med grillede artiskokker, soltørrede tomater og drysset med græskarkerner (G, V)
- Salat med bagte danske gulerødder, kål og salatost (L, V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

TIRSDAG

DET VARME

- Kyllingeoverlår (halal) med paprika på bund af grøntsager tilsmagt med krydderurter (rødder – løg – squash)

GRØNT OG SALAT

- Sprøde sommersalater vendt med trio af melon og syrlig mynte glace (V)
- Blåbærsalat med ris, friske danske agurker, citrus, purløg og peanuts (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

ONSDAG

DET VARME

- Ovnbagt røget skinke serveret med den klassiske kartoffelsalat med sennep og purløg (SV, L)

GRØNT OG SALAT

- Sprøde salater med grøn peber, grønne tomater og broccoli (V)
- Ristede grøntsager med gremolata (V)

DET SØDE ELEMENT

- Marmorkage fra MIBbagværk (G, L, V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

TORSDAG

DET VARME

- Kylling i karry med løg, æbler og gulerod – serveret med ris (halal)

GRØNT OG SALAT

- Spidskålssalat med friske æbler vendt med kærnemælksdressing (L, V)
- Blandet salat med ærter, rød peber og mix af blomkål (V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

FREDAG

DET VARME

- Spiseriet's lasagne med oksekød, løg og tomat - gratineret med ost

GRØNT OG SALAT

- Råkost af danske gulerødder, frisk ananas, rosiner og kokos (V)
- Quinoasalat med edamame bønner, cherrytomater, mozzarella og babyspinat (L, V)

MIBBAGVÆRK

- Koldhævede surdejshvedebrød (G, V)

G = gluten / L = laktose / SV = svinekød / V = vegetar

WWW.MARTINIB.DK



G = gluten / L = laktose / SV = svinekød