



VAREMOTTAK

Ukemeny 4

UKE 1



LAKS I FOLIE:

Laks
Grønnsaksmiks
Poteter

UKE 2



TORSKENUGGETS:

Torskenuggets
Poteter
Ertestuing

UKE 3



BAKT ØRRET:

Ørret
Fullkornris
Grønnsakstaver
Tzatziki

UKE 4



TORSKEPINNER:

Torskepinner
Poteter
Grønnsakstaver
Remulade



OKSE STROGANOFF:

Stroganoff
Fullkornris
Agurk



GROV FISKEBURGER:

Fiskeburger
Burgerbrød
Isbergsalat

Tomat
Agurk



PASTA BOLOGNESE:

Pasta bolognese
Grønn paprika
Gul paprika



KYLLINGFRIKASSÉ:

Kyllingfrikassé
Fullkornris



FISKEGRATENG:

Fiskegrateng
Gulrotstaver
Sitron



LASAGNE:

Lasagne
Isbergsalat
Paprika

Agurk
Tomat



TORSKEBOLLER:

Torskeboller
Fullkornpasta
Tomatsaus



FISKEBOLLER:

Fiskeboller i hvit saus
Poteter
Brokkoli
Gulrotstaver



KYLLING TIKKA MASALA:

Kylling Tikka Masala
Nanbrød
Tzatziki



BRUN LAPSKAUS:

Lapskaus
Flatbrød



KJØTTKAKER:

Kjøttkaker
Brun saus
Kålstuing
Poteter



KYLLINGKJØTTKAKER:

Kyllingkjøttkaker
Potetmos
Ratatouille