

## MENU UGE 18



MAN

TIRS

### HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Basilikumvinaigrette + Pesto + Cremet salsa
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

---

#### KOLDE ANRETNINGER

- Fiskefrikadeller med tartarsauce, citron og dild (G, L)
- Fennikelsalami med tomatpesto (SV)
- Baba Ganoush

#### DET VARME

- Ramsløgmarteret kalkuncuvette, speltotto, anicialinser, brunet smør, svampe & grillet kål (G, L)

#### VEGETAR

- Bagt butternutsquash med grillet og marineret tomat og ramsløg

#### GRØNT & SALAT

- Tomater med sprød salat, rødløg, grønne ærter og salatost (L)
- Salat med vandmelon, citrusmarineret hvidkål, edamamebønner, solsikkekerner og mynte

---

#### KOLDE ANRETNINGER

- Rullepølse med rørt sennep, sky, løg og karse (SV)
- Æg med russisk salat og æble
- Karrycreme med æbler og citron

#### DET VARME

- Pasta Bolognese af oksekød, gulerødder og løg (G)

#### VEGETAR

- Vegetarisk bolognese, brune linser og champignon (G)

#### GRØNT & SALAT

- Grønne linser med gulbeder, appelsin, mynte og persille
- Cremet broccolisalat med snittet rødkål, soltørrede tomater og peanuts (L)
- Tirsdags-blues-shot: Blåbær, spinat og lime

# MENU UGE 18



## HVER DAG

- Stor bland-selv-salat-buffet
- Dressinger: Basilikumvinaigrette + Pesto + Cremet salsa
- Lækre oste og tilbehør, fx kiks, kompot og nødder i sirup (G, L)
- Koldhævede surdejshvedebrød og rugbrød fra MIBbagværk (G)

---

### KOLDE ANRETNINGER

- Spicy tun med mayo, rødløg og jalapeños
- Kalkunpålæg med chilimayo, syltede rødløg og urtesalat
- Cremet ærtespread

### DET VARME

- Stegte kyllingeoverlår á la Tandoori med grønne flækærter (L)

### VEGETAR

- Tandoori-aubergine med Tikka Masala-sauce (L)

### GRØNT & SALAT

- Kikærter med blomkål, couscous, spidskål, mynte og citronvinaigrette (G)
- Fennikel- og squashesalat med æbler og dild

### DET SØDE ELEMENT

- Blondie brownie fra MIBbagværk (G, L)

---

### KOLDE ANRETNINGER

- Oksebryst i skiver med remoulade, ristede løg og karse
- Skinkesalat med spidskål, rødløg og spirer (SV)

### DET VARME

- Pocheret mørksej med sennep, kapers og sprød bacon (SV)

### VEGETAR

- Tortellini i cremet citronsauce med grillede courgetter og soltørrede tomater (G, L)

### GRØNT & SALAT

- Gulerodssalat med rødkål, rucola, tranebær og solsikkekerner
- Quinoa med agurk, rødløg, grønkål, mandler, mynte og salatost (L)

---

### KOLDE ANRETNINGER

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

### DET VARME & VEGETAR

- Nakkefilet med en symfoni af nye løg (SV)

### VEGETAR

- Fylde søde kartofler med svampe og grønt

### GRØNT & SALAT

- MIB's fredagssalater
- "An apple a day..."-shot: Æble, ingefær og citron