

Uke 19

Tirsdag:

Brokkoli tagliatelle pastarett (broccoli, hvitløk, parmesan, mozzarella, avokado, chili)

Spinatblader, stangselleri, gulrot, agurk, oljedressing.

Brød

Torsdag:

Ny rett: Makrell i marinade (ovnstekt) med ris og saus

Squash, purre, rødbeter m.m.

Gulrot, grønnkålblader, kålrot, agurk, rømmedipp med dill.

Fredag:

Lammelår helstekt i salvie-marinade

Ovnstekte poteter, søtpoteter, purre, løk, blomkål m.m.