

MENU PÅ MADLEJR

M·A·D LEJR
Et initiativ fra ARLA FONDEN

KL.	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSdag	FREDAG
08.00		MORGENMAD Mysli Brød, havregryn og frugt	MORGENMAD Frugtyoghurt Brød, havregryn og frugt	MORGENMAD Grød med toppings Brød, havregryn og frugt	MORGENMAD Overraskelse Brød, havregryn og frugt
12.00		FROKOST Madpakker med rugbrød, frugt, grønt og sæsonens salater	FROKOST Æg i flere varianter med rugbrød, pålæg og grønt	FROKOST Kylling i flere varianter med grønt	FROKOST Madpakker
	EFTERMIDDAGSSNACK	EFTERMIDDAGSSNACK	EFTERMIDDAGSSNACK	EFTERMIDDAGSSNACK	
17.30	AFTENSMAD Tomatsauce med pasta, farsboller og sæsonens salat	AFTENSMAD Grønne sager med steg og ketchup	AFTENSMAD Fiskefilet med rugbrød, remoulade, pålæg og grønt	AFTENSMAD Mad af rester med rugbrød, pålæg og grønt	
20	LÆKKERIER....	MUMS.....	LIDT MEN GODT	UHM.....	

MORGENMAD

Her er der fokus på en tryk start på dagen. Der er et varieret udbud og et særligt element hver dag, så alle kan få den første energi til dagens aktiviteter .

FROKOST OG AFTENSMAD

Der er fokus på håndværk, teknik og proces samtidig med, at vi tilrettelægger aktiviteterne involverende og undersøgende krydret med en kreativ tilgang.

Vi tilsmager maden med afsæt i de fem grundsmage, hvor MADguiderne udfordrer

elevernes madmod.

MADlejr's principper om kostråd, valg af madvarer og bæredygtighed integreres i madlavningen og den efterfølgende oprydning.

