

Menu for MADlejr

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, pålæg, frugt, grønt og sæsonens salater	Frokost Æg i flere varianter med rugbrød, pålæg og grønt	Frokost Kylling i flere varianter med grønt	Frokost Madpakker med rugbrød, pålæg, frugt, grønt og sæsonenes salater
	Eftermiddags- snack	Eftermiddags- snack	Eftermiddags- snack	Eftermiddags- snack	
17.30	Aftensmad Tomatsauce med pasta, farsboller og sæsonens salat	Aftensmad Grønne sager med steg og ketchup	Aftensmad Fiskefilet med ovnkartofler, remoulade, rugbrød, pålæg og grønt	Aftensmad Mad af rester med grønt	
20.00	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.

