



GYMNASTIK  
EFTERSKOLEN  
STEVNS

## Kostplan - eksempel

Dag	Menu
Mandag	Kalkun gordon bleu med spaghettisalat
Tirsdag	Grøntsagstærte med krydderdressing og salat
Onsdag	Paneret ising med grov remoulade og varm rissalat
Torsdag	Kylling med agurkesalat, kartofler, kyllingesauce og salat
Fredag	Kartoffel/porresuppe med flutes

Dato	Menu
Mandag	Karbonader med kartofler og stuede ærter og gulerødder
Tirsdag	Kalkun i sur/sød sauce med ris
Onsdag	Glaceret skinke med kartoffelsalat og alm. salat
Torsdag	Kyllingetærte med ost og spinat, hertil flutes og salat
Fredag	Paella med brød og salat

