



KONFERANSEMENU

GOD, NÆRINGSRIK MAT GIR
GOD KONSENTRASJON

FROKOST

- ▶ Liten brødbuffet med pålegg
- ▶ Stor frokostbuffet med, pålegg, juice og frukt

PAUSEGODT

Grønn pause – start dagen med noe sunt og godt

- ▶ Chiapudding med dagens frukt
- ▶ Chiapudding med lun frukt og honning
- ▶ Chiapudding av havremelk og banan med mango og ristet kokosflak
- ▶ Svart rispudding med mango og pasjonsfrukt, tyrkisk yoghurt og granola
- ▶ Dagens Smoothie
- ▶ Dagens grønne juice
- ▶ Fruktfat pr person
- ▶ Grønnsakstaver med dipp
- ▶ Raw food kuler

Energipause – en kickstart på resten av dagen

- ▶ Husets granola barer
- ▶ Carepacks
Redd dagen med Carepacks – sunn snacks for mer energi og overskudd i hverdagen
- ▶ Flapjack
- ▶ Popcorn

Dagens bakst

- ▶ Hvetebolle mini
- ▶ Rosinbolle mini
- ▶ Sjokoladebolle mini
- ▶ Sjokoladebolle u/tilsatt sukker

Dagens bakst luksus

- ▶ Crumblebolle
- ▶ Old Amsterdam ostebolle

PÅSMURT

Halve rundstykker med variasjon av smakfullt pålegg

Halve rundstykker standard:

- ▶ Skinke og Italiensk salat
- ▶ Ost og skinke
- ▶ Røkelaks og eggerøre
- ▶ Egg og tomat

Halve rundstykker luksus:

- ▶ Roastbiff og potetsalat
- ▶ Spekeskinke og eggerøre
- ▶ Reker og majones
- ▶ Avokado, tomat og kybos

Danske Smørrebrød

- ▶ Reker, avokado og rogn
- ▶ Grov leverpostei, sopp, bacon, syltet løk og urter
- ▶ Roastbiff, remulade, sprø løk og pepperrottsalat
- ▶ Egg, reker, dillmajones og karse
- ▶ Røkelaks, eggerøre, pepperrottkrem og asparges



PÅSMURT forts.

Grove wraps

- ▶ Hvalersalat, tomat og ruccula
- ▶ Vannameireker og sriracha
- ▶ Mango, hvetekorn, nøtter og kokos karrydressing
- ▶ Kylling, guacamole og mangosalsa
- ▶ Pulled pork og spicy hoisin

Tynnbrød

- ▶ Kylling hoisin og kimchi
- ▶ Kremost, varmrøkt laks, og urtesalat
- ▶ Hvalersalat, tomat og ruccula
- ▶ Rotgrønnsakshummus, spinat og soyabønner
- ▶ Fetaost, oliven, soltørket tomat og basilikum

Focaccia/ Focachette

- ▶ Fennikelsalami, bakte tomater og oliven
- ▶ Soppomelett og ristede gresskarkjerner
- ▶ Røkt kalkun og knutekålslaw med yoghurt dressing
- ▶ Mozzarella, coppaskinke og basilikums aioli
- ▶ Kylling og koriandermajones
- ▶ Hvalersalat, reddik og dill
- ▶ Spekeskinke, eggerøre og Västerbottenost



DRIKKE

Mugge med appelsinjuice
Mugge med eplejuice
Kaffe/Te
Mineralvann

LUNSJ

Dagens sandwich

Kjøkkenet lar seg inspirere av sesongens råvarer, og lar kreativiteten få spillerom

Dagens suppe

Kjøkkensjefen tar utgangspunkt i klassiske og internasjonale oppskrifter. Respekt og kjærlighet skal også med i grytene og forvandles til dagens suppe

- ▶ Ungarsk gulasjusuppe
- ▶ Oksehalesuppe
- ▶ Fiskesuppe
- ▶ Peruansk Chowder
- ▶ Toskansk grønnskålsuppe
- ▶ Løksuppe med soltørket paprika og fennikel

Serveres med brød, smør og aioli

Dagens salat

- ▶ Thaiinspirert salat med biff og lime- og chilidressing
- ▶ Cæsarsalat med kylling, egg og kalkunbacon
- ▶ Klassisk rekesalat
- ▶ Frisk eplesalat med kål, varmrøkt laks og sitronolje
- ▶ Salat med quinoa, marinert sopp, mandler og granateple
- ▶ Libanesisk brødsalat med bønner, bygg og mynte

Dagens Food Bowl

- ▶ Salmon Poké - Spicy laks med sushiris, avokado og ingefær
- ▶ Økologisk Buddha bowl - Couscous, egg, krydderstekte kikerter og hvit bønnehummus
- ▶ Chicken bowl - Sitron og hvitløkbakt kyllingbryst med hummus

Dagens Hot Snack

- ▶ Lentejas (Linsesuing med chorizo)
- ▶ Chili con carne
- ▶ Laks og fennikelgryte

Half and Half Combo

Vanskelig å bestemme seg? Prøv dagens «half and half combo»
Halv dagens sandwich
og halv dagens salat

