



# KONFERANSEMENY

GOD, NÆRINGSRIK MAT GIR GOD KONSENTRASJON

## FROKOST

*Fokus på lokale og sesongbaserte kvalitetsråvarer.* Kr 160,-

Rikholdig frokostbuffet basert på norske frokostvaner; assortert brød, pålegg, yoghurt med tilbehør og juice

## PAUSEGODT

*Bærekraftig, grønt og godt*

**Yoghurt bowl**  
med frukt og knasende sprø granola Kr 60,-

**Eple spesial**  
eplegrøt med bygg og spelt med eple- og rosinkompott Kr 60,-

**Chiapudding**  
med dagens bærcoulie Kr 60,-

**Kjøleskapsgrøt av havre**  
med kesam, tørket frukt, honning og nøtter Kr 60,-

**Dagens smoothie**  
Kr 50,-

**Sesongens frukt**  
Kr 55,-

**Fruktpause med nøtter og sjokolade**  
Kr 65,-

**Sprø friske grønnsaker**  
med dipp Kr 65,-

## ENERGIPAUSE

*Noe søtt "attåt" og en pause sammen*

**Hjemmelaget granolabar**  
med nøtter og tørket frukt Kr 35,-

**Flapjack og juiceshot**  
Kr 45,-

**Dagens kake**  
Kr 55,-

**Assortert hvete- og wienerbakst**  
Kr 55,-

## PÅSMURT

Halve rundstykker standard Kr 50,-

Halve rundstykker luxus Kr 65,-

## WRAPS

Kr 110,-

Kylling, hjertesalat og parmesandressing

Pulled pork og spicy hoisin

Mango, hvetekorn, nøtter og kokos karrydressing

## TYNNBRØD

Kremost, varmrøkt laks, og urtesalat

Skagenrøre, tomat og hjertesalat

Ferskost, godt modnet spekeskinke og salat med ristede solsikkefrø.

## FOCACCIA

Kr 110,-

Kylling og koriandermajones  
Spekeskinke, eggerøre og Västerbottenost  
Skagenrøre, reddik og dill  
Varmrøkt laks og knutekålslaw med yoghurt dressing  
Soppomelett og ristede gresskarkjerner  
Mozzarella, tomat og basilikumsmajones

## DAGENS SANDWICH

Kr 145,-

**Clubsandwich på landbrød**  
med estragonmajones og salte chips  
**Croque monsieur toast på focaccia**  
med norsk alpeost og røkt skinke  
**Sub sandwich med flankestek**  
syltet løk og blåmuggostkrem  
**Rekeblings på landbrød**  
med avokado, dillmajones og fennikel crudité  
**Schiacciata focaccia**  
med tomat og mozzarella, pesto og spinatsalat

# DAGENS 2 - RETTERS LUNSJ\*

## SALAT

Kr 240,-

### Vietnamese Beef Noodle salat

#### Cæsarsalat

med kylling, bacon og parmesandressing

#### Spekeskinkesalat fra Tind

Sprø salat med modnet spekeskinke, egg, gressløkrømme og melkebrød

#### Klassisk rekesalat

#### Salat Nicoise

med norsk røkt makrell, aspargesbønner og dillvinaigrette

#### Marinert bulgursalat

med grønnkål, syltet eple, soyabønner og hummus

#### Salat med ekte fetaost

solmodne kalamataoliven og livlige tomater

## FOOD BOWLS

Kr 290,-

### Salmon Poké

spicy laks med sushiris, avokado og ingefær

### Økologisk Buddha bowl

couscous, egg, krydderstekte kikerter og hvit bønnehummus

### Chicken bowl

vietnamesisk nudel bowl med kylling og Nuoc Cham

## RAMEN

Kr 290,-

### Miso ramen

med ristet sopp, pak choy, chiliflakes og nudler

### Ramen nudelsalat

med ingefær – og chilimarinerte svinestrimler

### Ramen nudelsalat

med spicy vannameirreker

## VARMRETTER

Kr 290,-

### Søtpotet og aubergine curry

med ris og mandler

### Grønnsakslasagne

med cottage cheese

### Red curry goong

med vannameirreker og risnudler

### Fiskegryte

med persillerot og dill

### Beef bourguignon

med potet – og selleripure

### Kyllinggryte

med soltørket tomat, kokosmelk og ris

### Spagetti bolognese

med parmesan

\*Alle lunsjretter er inkludert tilbehør og dessert

# DRIKKE

- Mugge med appelsinjuice Kr 80,-
- Mugge med eplejuice Kr 80,-
- Kaffe/Te Kr 75,-
- Mineralvann Kr 55,-