

Innehållsförteckning

Sallad:

Kycklingsallad: Kyckling (**sesamolja**, rapsolja, honung, vitlök, chili, tamarisoya), blandsallad, rödkål, kidneybönor, vita bönor, **sesamfrö**, pumpafrö, olja, morot, citron, picklad morot (vinäger, socker, vatten), ärtskott, **smetana**, parmesan, salt, peppar

Vegansk sallad: Falafel (kikärter, svarta bönor, chiafrön, gul lök, morot, vitlök, ingefära, spiskummin, chiliflakes, potatismjöl), blandsallad, rödkål, citron, rapsolja, palsternacka, rostselleri, kålrot, morot, rödbetshummus (rödbetor, kikärter, **sesampasta**, olivolja, spiskummin, vitlök, citron), salt, peppar

Räksallad: Räkor, blandsallad, rödkål, vitkål, **sobanudlar**, picklad rödlök (vatten, socker, ättika, ingefära), **sojabönor**, marinad (**sesamolja**, honung, risvinäger, rapsolja, ingefära), salt, peppar

Mellanmål:

KRAFT- Spenatsmoothie med avokado och citron, Havremjök, banan, avokado, mango, spenat, citron

ENERGI- Mangosmoothie med gurkmeja och chili, Banan, mango, apelsinjuice, gurkmeja, ingefära, chiliflakes

FRISK- Tranbärssmoothie med Jordgubbe och avokado, Jordgubbar, avokado, tranbärsjuice, citron

Turkisk Yoghurt med granola och bärkompott

Yoghurt, jordgubbar, hallon, blåbär, potatismjöl, socker

Granola: glutenfria havregryn, **mandlar**, solrosfrö, pumpakärnor, linfrön, kardemumma, kanel, rostad **kokos**, tranbär, koncentrerad äppeljuice