**Allergener i forbindelse med ’3 dage med Madskoler’ uge 42 2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Opskrift** | **Gluten** | **Laktose/mælkeprotein** | **Nødder** | **Andre allergener** |
| **Opskrift 1** Årstidens friske frugt |  |  |  |  |
| **Opskrift 2** Farsbrød | * Havregryn
* Rasp
 | * Minimælk
 |  | * Ketchup kan indeholde selleri og sennep
* Æg
 |
| **Opskrift 3** Lynstegt spidskål |  |  |  |  |
| **Opskrift 4** Kartoffel-sellerimos |  | * Smør
* Minimælk
 |  | * Selleri
 |
| **Opskrift 5** Salte mandler |  |  | * Mandler
 |  |
| **Opskrift 6** Råkost af kål |  | * Piskefløde
 | * Mandler
 | * Dijonsennep
 |
| **Opskrift 7** Yoghurt med müsli | * Havregryn
 | * Yoghurt
 | * Hasselnødder
 |  |
| **Opskrift 8** Lasagne med kidneybønner | * Hvedemel
* Lasagneplader
 | * Smør
* Minimælk
* Ost
 |  | * Selleri
 |
| **Opskrift 9** Gnavegrønt med hummus |  |  |  | * Tahin
 |
| **Opskrift 10** Franskbrød | * Havregryn
* Rugmel
* Hvedemel
 | * Smør
* Kærnemælk
 |  | * Æg
 |
| **Opskrift 11** Appelsinhonning |  |  |  |  |
| **Opskrift 12** Æggesurprise med kylling og grønt  |  | * Smør
* Minimælk
 |  | * Æg
 |
| **Opskrift 13** Havregrødspandekager | * Havregryn
* Hvedemel
 | * Minimælk
 |  | * Æg
 |
| **Opskrift 14** Æblemos |  |  |  |  |