**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 |  |  |  |  |