

## Café Go´ Mad - NYT

Vi er kommet rigtig godt i gang med salget i caféen, og det er dejligt med den store opbakning fra alle jer, der køber i caféen.

**Ungeteamet/vores elever fra 7. og 8. klasse** hjælper hver dag i caféen med salg, og de gør en kæmpe stor og flot indsats i pauserne. Der kommer mange børn og køber, og vi har derfor taget et ekstra kasseapparat ind til køb af salat, så alle kan komme hurtigere igennem køen, og komme ud til pause.

**Hjemmelavet og økologisk mad** er det vigtigste i caféen. Næsten alt i cafeen laves fra bunden og minimum 30 % af råvarerne er økologiske. En opmærksom forælder har skrevet, "Hvorfor sælger I pizza og chokoladeboller?", hvilket kan virke som om, at vi går den usunde vej! Det gør vi ikke... 😊



Pizzaen er en friskbagt grov surdejsbolle/**focaccia** med hjemmelavet tomatsovs kogt ind med restgrøntsager fra salatbaren og lidt ost på. Chokoladebollen er en rugbrødsbolle med lidt mørk chokolade plus diverse grøntsager (man smager ikke grøntsagerne, men de fylder med mættende proteiner og fibre), det kan være Ingridærter, rødbeder eller andet der fylder lidt ekstra. Grundet chokoladen, sælges den kun om tirsdagen. Så grundtanken i madlavningen er:

***Rene råvarer, mod på at smage nye ting, ingen madspild og mad der mætter.***

...Fx **Ingrid-ærten** den er et dansk bæredygtigt alternativ til kikærten. Den er fyldt med proteiner og fibre som mætter rigtig godt. Lone har, i sit tidligere arbejde, været med til at udvikle opskrifter med denne ært, og den bruges derfor i bollerne, focaccia, kødsovs og mange flere af retterne, da den er smagsneutral og giver mere mæthed til måltidet. I salatbaren er den godt krydret, og bruges som crisp.

Vi er stadig i gang med at prøve forskellige retter i boden, og det fortsætter stadig med at være lidt forskelligt, hvad man kan købe. Basissortimentet fra prislisten sælges hver dag, men der bliver prøvet flere andre varer af i løbet af ugen, for at se hvad der frister eleverne.

**To dage med varm mad** – fra tirsdag i næste uge laves der en varm ret to gange om ugen, tirsdag og torsdag. Ugens to varme retter meldes ud her på AULA og på Facebook om fredagen.

### Uge 37:

Tirsdag: Forårsrulle med ris og karrysovs

Torsdag: Fiskefilet med kartofler og persillesovs



I onsdags var der nudelret med grøntsager og kylling som dagens ret. En lækker krydret sund ret, der blev solgt til 15 kr. for en lille portion og 20 kr. for en stor portion.

Grundet tanken om madspild, var den lille rest sat ud i salatbaren dagen efter. På den måde får vi spist alle rester i løbet af ugen.

**Morgenmad** giver god start på dagen. Vi vil frem til efterårsferien lave en prøvehandling igen, hvor jeres barn **4.-9.** klasse kan komme og sætte sig i café-området fra kl. 6.30-7.45. Det koster 20 kr. og inkluderer morgenmad og tilsyn ved Lone.

**Prislisten** revideres fra i morgen, da der er kommet lidt nyt på og slettet lidt af det, som eleverne ikke køber. Opdateret liste er vedhæftet.

**Betalingskortet** skal medbringes ved hvert køb. Hvis I kortet er blevet væk, kan I bestille nyt på AULA [Bodkort](#). Husk, I forældre kan sætte loft på dagligt køb på samme side. Vi har særligt nogle af de yngste elever, som bliver enormt fristet af nybagte boller, frugt, focaccia mm., og som hurtigt får brugt deres penge på kortet. Vores unge i boden hjælper de yngste ved fx at spørge om, hvad deres forældre har givet dem lov til at købe, eller om de har købt en gang samme dag eller begrænse hvis de vil købe flere focacciaer på en gang.

På siden [Portal \(cpos.dk\)](#) kan I også se et kontoudtog og følge lidt med i, hvad jeres barn køber.



Tak for I læste med, og vi skal nok holde jer opdateret på AULA

