



## MENUKORT 12 - 2023

### LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS

TOR

FRE

LØR

SØN

MAN

TIR

### HOVEDRETTER

1. **Italienske kødboller**  
i tomatgrøntsagssovs - kartofler
2. **Stegt fiskefilet (rødspættefilet)**  
kartofler - persillesovs - gulerødder
3. **Stegt kyllingebryst m. parmesanost/**  
kartofler - skysovs - majsblanding
4. **Sprængt svinekam m. karry**  
kartofler - karry/kokossovs

5. **Gammeldags stegt paneret flæsk**  
kartofler - persillesovs - rødbeder
6. **Krydret hakket oksegryde m. spinat - ingefær**  
kogt bulgur
7. **Bøf bourguignon**  
kartoffelmos
8. **Fars med urter**  
kartofler - brun sovs - buketsymfoni

9. **Kogt hamburgerryg**  
kartofler - aspargessovs - grøntsagsblanding
10. **Nakkefilet med svesker**  
kartofler - skysovs - rødkål
11. **Vegetarisk grønne boller**  
i tomat/grøntsagssovs - ris - mungbønner
12. **Fiskefrikadelle**  
kartofler - hollandaisesovs - ærter
13. **Gammeldags stegt hel kyllingelår med persille**  
kartofler - skysovs - hjemmelavet agurkesalat

### FROKOST

#### Frokostanretning

St. svinekam - Rgt. rullepølse - Æbleflæsk - Peberpate

#### Frokostanretning (gratinkost)

St. svinekam - Fars m. urter - Ostersalat - Ægge/fiskesalat

#### Gelerugbrød

gratinkost

## det gode madhus

Ryttervej 39

5700 Svendborg

Tlf.: 62 23 43 30

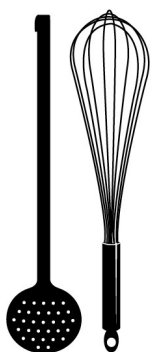
Hjemmeside:

svendborg.dk/detgodemadhus

Telefontid: Hverdage mellem kl. 9-14

■ = Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk at markere ugens bestilte retter.



Svendborg  
Kommune



## MENUKORT 12 - 2023

### LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

### BIRETTER

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

1. Blommegrød med mælk



2. Hybensuppe med kammerjunkere



3. Henkogt figner med pernodcreme



4. Jordbægrød med mælk



5. Risengrød med kanelsukker og smør



6. Ymerfromage med brombærsovs



7. Abrikostrifli med flødecreme



8. Hønsesalat m. ananas (excl. brød)



9. Hindbærfromage med flødeskum



10. Tomatsuppe med kødboller



### TILKØB

**Råkost**

med gulerødder - ananas - nøddeflager



**Råkost**

grøn salat - agurk - ærter - majs (150 gr.)



**Råkost**

hvidkål - æbler - rosiner (150 g)



**Ugens kage: Sirupskage med smørcreme**



**Øllebrød med mælk**



**Pandekager med syltetøj**



**Protino energidrik 250 ml**



**Kogte kartofler (200 gr.)**



**Kartoffelmos (220 gr.)**



**Kogte grøntsager - Buketsymfoni**

romanobønner - blomkål - broccoli - gulerødder (100 gr)



**Protino dessert 80 ml - 2 stk.**



**Det gode madhus**

Ryttervej 39

5700 Svendborg

Tlf.: 62 23 43 30 *Hverdage kl. 9-14*

Mail: [dgm@svendborg.dk](mailto:dgm@svendborg.dk)

Web: [detgodemadhus.svendborg.dk](http://detgodemadhus.svendborg.dk)

Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk du kan markere ugens bestilte retter på dette menukort