

MENUKORT 23 - 2024

LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS

TOR

FRE

LØR

SØN

MAN

TIR

HOVEDRETTER

2. Vegetarisk falafel

kartofler - flødekrydret tomatsovs - ærter

3. Vegetarisk bønnefrikadelle

kartofler - persillesovs - råkost:gulerod/hvidkål m.

4. Stegt issing med persille

kartofler - persillesovs -

6. Vegetarisk porregratin

kartofler - tomatsovs

7. Linse/spinatgryde

kartofler

10. Vegetarlasagne

med ristede rodfrugter

11. Vegetarisk karrygryde m. kikærter

kogte ris

12. Vegetarisk urtekarbonade

kartofler - st. blomkål

FROKOSTANRETNING

(Leveres ikke som diæt - kan bestilles som gratinkost, kontakt køkkenet for dette)

Rgt. kalkun - Æg

Ribbensteg - Fuglekvidder

Spr. kam - Peberpate

Forl. hare - Rgt. filet

Spr. oksebryst - Frikadelle

Fars m. peber - Tunmousse

Røget skinke - Spegepølse



Det gode madhus

Ryttervej 39
5700 Svendborg

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

Mail: dgm@svendborg.dk

Web: detgodemadhus.svendborg.dk

■ Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk du kan markere ugens bestilte retter på dette menukort

MENUKORT 23 - 2024

LEVERINGSDDAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

BIRETTER

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

1. Pandekager - flødecreme/cointreau /appelsin

2. Mannagrød med kanelsukker og smør

3. Alliancegrød med mælk

4. Kold rabarbersuppe med flødeskum

5. Vanillebudding med kirsebærsovs

6. Klar suppe med boller og urter

7. Jordbærfromage med flødeskum

8. Rygeostsalat m. grovkiks

9. Kærnemælkskoldskål med kammerjunkere

10. Tomatsuppe med frisk basilikum

TILKØB *(Leveres ikke som diæt)*

Råkost

gulerødder - hvidkål - kokosflager - rosiner (150 gr.)

Råkost

hvedekerner - forårsløg - æbler - blegselleri - rød peber (150 gr.)

Råkost

spidskål, blegselleri, melon (150 gr.)

Ugens kage: Makronkage

Ugens kage: Nøddechokoladekage

Ugens kage: Squashkage

Øllebrød med mælk

Pandekager med syltetøj

Protino energidrik 250 ml

Kogte kartofler (200 gr.)

Kartoffelmos (220 gr.)

Kogte grøntsager - Sommergrøntsager

gulerødder - ærter - bønner - blomkål (100 gr.)

Protino dessert 80 ml - 2 stk.

Matilde Premium kakaomælk 200 ml



Det gode madhus

Ryttervej 39
5700 Svendborg

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

Mail: dgm@svendborg.dk

Web: detgodemadhus.svendborg.dk

■ Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk du kan markere ugens bestilte retter på dette menukort