



MENUKORT 43 - 2022

LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

HOVEDRETTER

2. Vegetarisk linseret

kartofler - grøntsagsblanding

3. Vegetarisk mandelhvedefrikadelle

kartofler - persillesovs - råkost: gulerødder/solsikkekerner

4. Stegt foldet rødspætte

kartofler - persillesovs - råkost: gulerod/solsikkekerner

6. Vegetarisk chili con carne

ris

7. Vegetarisk champignonkarbonade

kartofler - brun sovs - rødbede

10. Vegetarisk kikærtepilaff

broccoli

11. Vegetarisk blomkålsgratin m. gulerødder/broccoli

kartofler - tomatsovs

12. Bønnebøf

kartofler - brun sovs - gulerødder

FROKOST

Frokostanretning

Kalvesteg - Spr. kam m. karry - Brie - Spegepølse

Frokostanretning (gratinkost)

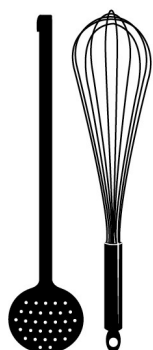
Kalvesteg - Spr. kam - Ostesalat - Ægge/kartoffelsalat

Gelerugbrød

gratinkost

■ = Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk at markere ugens bestilte retter.



det gode madhus

Ryttervej 39

5700 Svendborg

Tlf.: 62 23 43 30

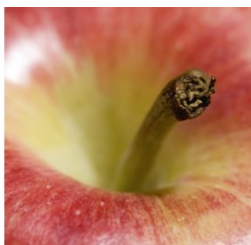
Hjemmeside:

svendborg.dk/detgodemadhus

Telefontid: Hverdage mellem kl. 9-14



Svendborg
Kommune



MENUKORT 43 - 2022

LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

BIRETTER

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

1. Blommegrød med mælk ■

2. Mannagrød med kanelsukker og smør ■

3. Klar suppe med boller og urter ■

4. Rombudding med saft sovs ■

5. Fløderand med jordbærsovs ■

6. Æblegrød med mælk ■

7. Nougatfromage med frugtcocktail ■

8. Tarteletter med høns i asparges (2 stk.) ■

9. Blomkålssuppe med blomkål ■

10. Henkogt fersken/ananas med råcreme ■

TILKØB

Råkost ■
gulerødder - æble - rosiner (150 gr.)

Råkost ■
grøn salat - abrikoser - fetaost - sorte oliven (150 gr.)

Råkost ■
m. gulerødder - hvidkål - nødder - tranebær m. orange (150 gr.)

Ugens kage: Mazarinkage ■

Øllebrød med mælk ■

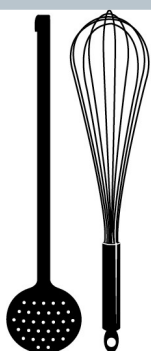
Pandekager med syltetøj ■

Protino energidrik 250 ml ■

Kogte kartofler (200 gr.) ■

Kartoffelmos (220 gr.) ■

Kogte grøntsager - Blomkålsblanding ■
ærter - gulerødder - blomkål (100 gr.)



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