



## MENUKORT 7 - 2023

### LEVERINGS-DAGE

Mandag

Onsdag

Fredag

### HOVEDRETTER

TIR ONS

TOR FRE

LØR SØN MAN

#### 2. Vegetarisk tomatcurry med kikærter

kogte løse ris



#### 3. Vegetarisk mandelhvedefrikadelle

kartofler - champignonsovs - blomkålsblanding



#### 6. Vegetarisk grøntsagsgryde

kartofler



#### 7. Veg. pate m. ris - nødder

kartofler - persillesovs - gulerødder



#### 10. Vegetar gullasch

kartoffelmos - blomkålsblanding



#### 11. Vegetarlasagne

Vegetarlasagne



#### 12. Vegetarisk falafel

flødepeberrodskartofler - gulerødder



### FROKOST

#### Frokostanretning

Ribbensteg - Rgt. filet - Fuglekvidder - Fiskefrikadelle



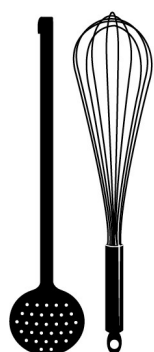
#### Frokostanretning (gratinkost)

Ribbensteg - Spr. kam - Rygeostsalat - Skinkesalat



#### 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 7 - 2023

### LEVERINGS-DAGE

Mandag

Onsdag

Fredag

TIR ONS

TOR FRE

LØR SØN MAN

### BIRETTER

1. Fløderand med kirsebærsovs

2. Hindbærgrød med mælk

3. Porresuppe med flødeost

4. Alliancegrød med mælk

5. Kærnemælkssuppe med rosiner

6. Mannagrød med kanelsukker og smør

7. Æblekage med flødeskum

8. Blomkålssuppe med blomkål

9. Ymerfromage med hindbærsovs

10. Fiskefilet med remoulade (excl. brød)

### TILKØB

#### Råkost

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

#### Råkost

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

#### Råkost m. grøn salat

m. grøn salat - cherrytomater - fetaost - agurk (150 gr.)

#### Ugens kage: Kanelkage

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 *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