



MENUKORT 7 - 2023

LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

HOVEDRETTER

2. **Vegetarisk grøntsagsgryde**
kartofler



3. **Veg. pate m. ris - nødder**
kartofler - persillesovs - gulerødder



4. **Stegt rødspætte**
kartofler - persillesovs -



6. **Vegetar gullasch**
kartoffelmos - blomkålsblanding



7. **Vegetarlasagne**
Vegetarlasagne



10. **Vegetarisk falafel**
flødepeberrodkartofler - gulerødder

11. **Vegetarisk linse-boghvedefrikadelle**
kartofler - champignonsovs - agurkesalat



12. **Vegetarisk skipperlabskovs**



FROKOST

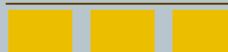
Frokostanretning

Ribbensteg - Rgt. filet - Fuglekvidder - Fiskefrikadelle



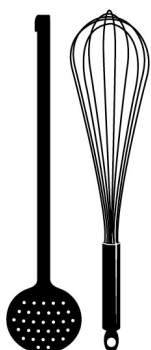
Frokostanretning (gratinkost)

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

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS TOR

FRE LØR

SØN MAN TIR

BIRETTER

1. Porresuppe med flødeost

2. Alliancegrød med mælk

3. Kærnemælkssuppe med rosiner

4. Mannagrød med kanelsukker og smør

5. Æblekage med flødeskum

6. Blomkålssuppe med blomkål

7. Ymerfromage med hindbærsovs

8. Fiskefilet med remoulade (excl. brød)

9. Syltede blommer med råcreme

10. Klar suppe med boller og urter

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

Web: detgodemadhus.svendborg.dk

■ Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk du kan markere ugens bestilte retter på dette menukort