



MENUKORT 7 - 2023

LEVERINGS-DAGE

Mandag

Onsdag

Fredag

HOVEDRETTER

TIR ONS

TOR FRE

LØR SØN MAN

1. **Kinesisk risret af svinekød**

m. cocktailpølser - løse ris



2. **Sprængt svinekam**

kartofler - stuvet spinat



3. **Græsk frikadeller**

flødekartofler - ærter



4. **Stegt kyllingebryst m. honning/senep**

kartofler - skysovs - romanescosymfoni



5. **Stegt paneret karbonade**

kartofler - brun sovs - asier



6. **Stegt rødspætte**

kartofler - persillesovs -



7. **Sprængt svinekam m. barbecue**

kartofler - paprikasovs - ærter



8. **Vegetarisk gartnerens bolognese**

pasta



9. **Gullasch af oksekød i tern**

kartoffelmos



10. **Fårsskinke**

kartofler - brun sovs - blomkålsblanding



11. **Sprængt oksespidsbryst -**

flødepeberrodskartofler - gulerødder



12. **Krydret nakkefilet**

kartofler - skysovs - honningstegte grøntsager m. timian



13. **Champignongryde af svinekød med ingefær**

løse ris



FROKOST

Frokostanretning

Ribbensteg - Rgt. filet - Fuglekvidder - Fiskefrikadelle



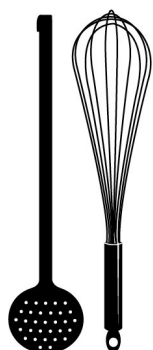
Frokostanretning (gratinkost)

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

BIRETTER

TIR ONS

TOR FRE

LØR SØN MAN

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.)



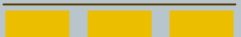
Råkost

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

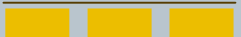
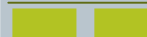


Råkost m. grøn salat

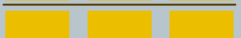
m. grøn salat - cherrytomater - fetaost - agurk (150 gr.)



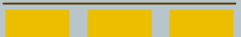
Ugens kage: Kanelkage



Øllebrød med mælk



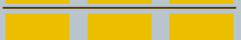
Pandekager med syltetøj



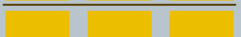
Protino energidrik 250 ml



Kogte kartofler (200 gr.)

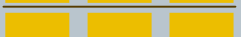


Kartoffelmos (220 gr.)



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

Web: detgodemadhus.svendborg.dk

 Ca. 30E% fra fedt pr. portion

Husk du kan markere ugens bestilte retter på dette menukort