



## MENUKORT 7 - 2023

### LEVERINGS-DAGE

Tirsdag

Torsdag

Lørdag

ONS

TOR

FRE

LØR

SØN

MAN

TIR

### HOVEDRETTER

1. **Græsk frikadeller**

flødekartofler - ærter

2. **Stegt kyllingebryst m. honning/sennep**

kartofler - skysovs - romanescosymfoni

3. **Stegt paneret karbonade**

kartofler - brun sovs - asier

4. **Stegt rødspætte**

kartofler - persillesovs - ■

5. **Sprængt svinekam m. barbecue**

kartofler - paprikasovs - ærter ■

6. **Vegetarisk gartnerens bolognese**

pasta ■

7. **Gullasch af oksekød i tern**

kartoffelmos ■

8. **Farsskinke**

kartofler - brun sovs - blomkålsblanding ■

9. **Sprængt oksespidsbryst -**

flødepeberrodskartofler - gulerødder

10. **Krydret nakkefilet**

kartofler - skysovs - honningstegte grøntsager m. timian

11. **Champignongryde af svinekød med ingefær**

løse ris ■

12. **Indianer hachis af hk. oksekød med porrer**

kartoffelmos ■

13. **Gammeldags stegt hel kyllingelår med persille**

kartofler - skysovs - hjemmelavet agurkesalat

### 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

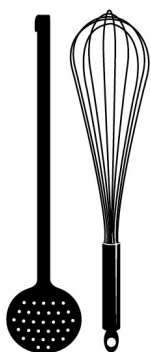
Hjemmeside:

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