

Uge 38

Madplanen gælder fra den dag, du får leveret mad i uge 38 og 7 dage frem

Maden er tilberedt med afsæt i viden om god smag, sundhed og ernæring.

Antal	Hovedretter
1	Høns i frikassé serveret med hvide kartofler og bagte rødbedetern
2	Klassisk millionbøf med kartofler og syltede asier
3	Frikadeller med kartofler, persillesauce og let kogte gulerødder
4	Klassisk ribbensteg, kartofler, skysauce og rødkål
5	Fynsk gullasch; svinekød i tern, perleløg, æbler og tomat serveret med kartofler
6	Oksespidsbryst i sur-sødsauce, kartofler og smørdampede gulerødder
7	Kotelet i fad med tomat, svampe og løg serveret med løse ris og grønne bønner
8	Ovnstegt farsbrød, kartofler, lys sauce, blomkål og gulerødder
9	Porre-løgtærte med kylling, kold sauce og dagens salat
10	Stegt kalvelever med bløde løg, kartofler, sauce og rosenkål
11	Dampet laks med urtesauce, dildkartofler og let kogte karotter

Antal	Forretter og desserter
1	Klar suppe med urter og kød - og melboller
2	Legeret kartoffel-porresuppe
3	Solbægrød serveret med mælk
4	Valnøddefromage med flødeskum
5	Æblesuppe med tvebakker
6	Kærnemælkssuppe med rosiner
7	Frugtgrød lavet af sommerens jordbær serveret med mælk
8	Æbler i yoghurtcreme med ristede hasselnødder
9	Hjemmelavet daim is
10	Pandekage med syltetøj
11	Kold anretning med laksemousse og citron

Madplanen skal afleveres senest i uge 36

Ekstra tilbud	Antal	Pris
2,5 dl. øllebrød		12,00
2,5 dl. aspargessuppe		14,00
2,5 dl. klar suppe med boller og urter		14,00
1/2 stk. smørrebrød		14,00
1/2 stk franskbrød med ost		14,00
1/2 stk. franskbrød med pålæg		14,00
Frokostbakke: 2/2 rugbrød, smør, 2 slags pålæg med salat og pynt		22,00
Pålægspakke, 4 slags forskellig pålæg		22,00
1/8 liter proteindrik - Hindbær protino		10,00
1/8 liter proteindrik - Blåbær protino		10,00
1/8 liter proteindrik - Vanilje/citron		10,00
1/2 liter proteindrik - Hindbær		17,00
Blandet salat/råkost		12,00
Kage, uspecificeret		12,00
Småkager, hjemmebagte 200 g		25,00
Kartofler		10,00
Kartoffelmos		10,00
Beriget is - særlig god til småtspisende		14,00
1/4 liter letmælk		5,00
1/4 liter sødmælk		5,00
1/4 liter fløde		10,00

