

Uge 30

Madplanen gælder fra den dag, du får leveret mad i uge 30 og 7 dage frem.

Antal	Hovedretter
1	Hamburgerryg, kartofler, aspargessauce, blomkål og karotter
2	Bøf Lindstrøm med kartofler, sauce og grønne bønner
3	Stegt kyllingebryst med løse ris, tomatsauce og broccoli
4	Hofgryde med kartofler
5	Nakkesteg, kartofler, skysauce og rødkål
6	Græske frikadeller, stegte kartofler og lun kompot med løg og peberfrugter
7	Medisterpølse, kartofler, skysauce og dampet blomkål
8	Den grønne: Falafel, hummus og couscous med grøntsager
9	Ugens fisk: Dampet rødspætte med laks, kartofler, lemonsauce og broccoli

Valgfrit tilbehør til hovedretten						
	Rå kartofler	Kartofler	Stegte kartofler	Kartoffelmos	Pasta	Ris
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						

Antal	Forretter og desserter
1	Cremet porre-løgsuppe med bacon
2	Sprød tartelet med stuede grønærter med skinke
3	Pandekager med syltetøj
4	Ymerfromage med rabarbersauce
5	Kirsebærsuppe med honningristet havregryn
6	Æblegrød lavet af årstidens æbler serveret med mælk
7	Henkogt fersken med råcreme
8	Koldskål tilberedt af kærnemælk og ymer serveret med kammerjunkere
9	Rødgrød med fløde

Ekstra tilbud	Antal	Pris
2,5 dl. Øllebrød		16,00
2,5 dl. Aspargessuppe		18,00
2,5 dl. Klar suppe med boller og urter		18,00
½ stk. Smørrebrød		16,00
½ stk. Franskbrød med ost		16,00
½ stk. Franskbrød med pålæg		16,00
Frokostbakke: 2/2 rugbrød, smør, 2 slags pålæg med salat og pynt		25,00
Pålægsbakke, 4 slags forskelligt pålæg		25,00
Risengrød med smør og kanelukker		18,00
¼ liter proteindrik – hindbær - PROTINO		19,00
¼ liter proteindrik – blåbær - PROTINO		19,00
½ liter proteindrik – hindbær		22,00
½ liter proteindrik – vanilie/citron		22,00
Kartofler		11,00
Kartoffelmos		11,00
Beriget is – særlig god til småtspisende og superkost		18,00
¼ liter letmælk		7,00
¼ liter sødmælk		7,00
¼ liter fløde		13,00
Lokal æblemost 25 cl fra Laubjerg		13,00
Syltede rødbeder i glas		