



# FROKOST UGE 46

## MANDAG

- Hovedret** Tarteletter med høns i asparges |A, B, O, P|, serveret med Tarteletter |A| (2 stk. pr. person)
- Salater** Savoykål med dild og græskarkerner |N, O, P| Kartoffelsalat med rødløg, peberfrugt og persille |J, N, O|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Wienersalat |A, B, D, G, I, J, N, O| Svinekam med frisk rødkålssalat og tyttebær |N, O| Oksepepegølse med remoulade og ristede løg |A, D, I, J, N, O| Rullepølse med rødbedesalat og karse |B, N, O|

## ONSDAG

- Hovedret** Svinekæber i rødvinssauce med bagte rodfrugter |A, I, N, O, P|, serveret med stegte kartoffelskiver
- Salater** Bagte rødbeder med tranebær og balsamicodressing |H, N| Salat af rosenkål og hvidkål med æbletern |J, N|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Laksesalat med mayonnaise, dild og hakkede cornichoner |B, D, E, J, N, O| Fransk landpate med syltet grønt |A, D, I, J, N, P| Kold steg serveret med ajvarcreme og agurkesalat med dild |N, P| Æg med karsecreme og frisk brøndkarse |B, D, J, N|

## FREDAG

- Hovedret** Kødboller i tomatsauce med bagte forårsløg og squash |A, B, D, O, P|, serveret med pasta penne med hakkede persille |A, P|
- Salater** Blandede friske salater vendt med mormordressing, æbler, selleri og nødder |B, H, I, N| Bagte rodfrugter med romesco-sauce |B, H, I, N, P|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Fuglekvidder |B, D, J, N, O| Honningskinke med grønkålsspesto |B, F, N, O, P| Kyllingebryst med sennepsmayonnaise og syltede squash |D, J, N| Sønderjysk spepegølse med dijoncreme og bagt tomat |B, D, J, N, O|

**Ugens kage** Kokosmuffin |A, B, D, G, H|

## TIRSDAG

- Hovedret** Chili con carne med oksekød |I, N, O, P|, serveret med hvide ris og chilipaste |H, N, O, P| og creme fraiche |B|
- Salater** Grønkålssalat med gulerødder, abrikoser, rødløg og grønkålsspesto |B, F, N, O, P| Hvedekerner med søde kartofler, agurk og persille |A, J, N, O|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Kyllingesalat med bagte rodfrugter |B, D, I, J, N| Landskinke med italiensk salat |B, D, J, N| Kyllingepålæg med karrycreme og persillesalat |B, D, J, N, O, P| Leverpostej med syltede asier |A, B, J, O|

## TORSDAG

- Hovedret** Kylling Tikka Masala |B, J, O, P|, serveret med gurkemeje-ris |A, B, P|
- Salater** Agurkesalat med yoghurt, grøn chili, cherrytomat, mynte og hvidløg |B, N, P| Bulgursalat med rosiner og tahin-dressing |A, H, O|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Skagenssalat med dild og kapers |B, C, D, E, J, N, O| Hamburgerryg med agurkesalat og sennepsmayonnaise |D, J, N| Peberstegt okseinderlår med æble-peberrodscreme |B, N, O| Kylling med urter, chilimayonnaise og syltede peberfrugter |A, B, D, I, J, N, P|

## TILKØB

- Grøntsags-  
Retterne**
- M:** Polenta med rosmarin og parmesan. Serveret med romesco og squash |B, H, I, N, O, P|
- T:** Stegte ris m. æg, krydderurter, grønt og soya/chilisauce |A, B, D, G, N, O, P|
- O:** Svamperavioli i tomatsauce og friskrevet parmesanost |A, B, I, O, P|
- T:** Dhal med linser og grønsager |I, N, O, P| og naan brød |A, B, P|
- F:** porre-kartoffeltærte med ost |A, B, D, P|
- Suppe** Minestrone |A, I, N, O, P|

70 22 38 44

www.maaltidet.dk

info@maaltidet.dk

Denne uges menu er med forbehold for ændringer!  
Gluten A, Mælk B, Krebsdyr C, Æg D, Fisk E, Jordnødder  
F, Soja G, Nødder H, Selleri I, Sennep J, Sesam K,  
Bløddyr L, Lupin M, Sulfit N, Løg O, Hvidløg P

**M**  
FROKOST  
MAALTIDET



# LUNCH WEEK 46

## MONDAY

- Main dish** Chicken in cream sauce and asparagus |A, B, O, P|, served with tartlets |A| (2 per person)
- Salads** Savoy cabbage with dill and pumpkin seeds |N, O, P| Potato salad with red onions, bell peppers and parsley |J, N, O|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Wiener salad |A, B, D, G, I, J, N, O| Pork with red cabbage salad & cranberries |N, O| Beef salami with remoulade and roasted onions |A, D, I, J, N, O| "Rullepølse" with beetroot salad and cress |B, N, O|

## WEDNESDAY

- Main dish** Braised pork cheeks in red wine |A, I, N, O, P|, served with oven fried potato slices
- Salads** Baked beets with cranberries and balsamico-dressing |H, N| Cabbage salad with apples |J, N|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Salmon salad with mayonnaise, dill and chopped cornichons |B, D, E, J, N, O|, Rustic French paté with pickled vegetables |A, D, I, J, N, P| Roasted veal with ajvar-cream and cucumber salad |N, P| Eggs with cress-cream |B, D, J, N|

## FRIDAY

- Main dish** Meatballs in tomato sauce |A, B, D, O, P|, served with parsley pasta |A, P|
- Salads** Mixed fresh salads with cream dressing, apples, celery and nuts |B, H, I, N| Baked root vegetables with romesco sauce |B, H, I, N, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Ham salad |B, D, J, N, O|, Ham with honey, served with apple and curry salad |B, F, N, O, P| Chicken breast with mustard mayonnaise and pickled zucchini |D, J, N| Salami with dijon-cream and baked tomato |B, D, J, N, O|

<b>This weeks cake</b>	Coconut muffin  A, B, D, G, H
------------------------	-------------------------------

## TUESDAY

- Main dish** Chili con carne with beef |I, N, O, P|, served with rice and chili paste |H, N, O, P| and sour cream |B|
- Salads** Kale Salad with Carrots, Apricots & Kale Pesto |B, F, N, O, P| Wheat kernels with sweet potatoes, cucumber and parsley |A, J, N, O|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Chicken salad with baked root vegetables |B, D, I, J, N| Ham with "Italiensk salat" |B, D, J, N| Chicken with carry cream and parsley salad |B, D, J, N, O, P| Liver paté with pickled gherkins |A, B, J, O|

## THURSDAY

- Main dish** Chicken Tikka Masala |B, J, O, P|, served with rice with turmeric |A, B, P|
- Salads** Cucumber salad with yoghurt, green chili, tomato, spearmint and garlic |B, N, P| Bulgur with raisins and tahini dressing |A, H, O|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** "Skagen" salad with seasonal fish, baked carrots, dill and capers |B, C, D, E, J, N, O| Smoked pork with cucumber salad and mustard mayonnaise |D, J, N| Beef with horseradish and apple cream |B, N, O| Chicken with herbs, chili mayonnaise and pickled bell pepper |A, B, D, I, J, N, P|

## EXTRA OPTIONS

- Vegetable dishes** **M:** Polenta with rosemary and parmesan. Served with romesco and zucchini |B, H, I, N, O, P|
- T:** Fried rice with egg, herbs, vegetables and soy-chili sauce. |A, B, D, G, N, O, P|
- O:** Mushroom ravioli in tomato sauce |A, B, I, O, P|
- T:** Dhal with lentils and vegetables |I, N, O, P| and Naan |A, B, P|
- F:** Leek and potato quiche |A, B, D, P|
- Soup** Minestone |A, I, N, O, P|