



# FROKOST UGE 50

## MANDAG

- Hovedret** Kyllingeoverlår i Cajun |J, P|, serveret med hvedekerner med citron og urter |A, N, P| og hvidløgscreme |B, D, J, N, P|
- Salater** Kartoffelsalat med karrycreme, agurk og dildfrø |B, D, J, N, P| Haricot vert med bagte tomater og pesto |B, F, N, P|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Tunsalat med kapers og dild |A, D, E, J, N, O| Honningskinke med grønkålspesto |B, F, N, O, P| Roastbeef med remoulade og bagte løg |D, I, J, N, O| Rullepølse med rødbedesalat og karse |B, N, O|

## ONSDAG

- Hovedret** Oksestrimler med forårsløg og oystersauce |A, G, L, O, P|, serveret med nudler med bagte peberfrugter og sesamfrø |A, D, K, P|
- Salater** Blomkål med granatæbler, forårsløg og tahindressing |A, G, K, N, O, P| Honningbagte rodfrugter med kørvel og solsikkekerner |H, I, N|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Laksesalat med krydderurter, citron og syltet grønt |B, D, E, I, J, N| Røget filet med æggestand |B, D| Kyllingebryst med sennepsmayo og syltede squash |D, J, N| Oksepegepølse med timian-syltede rødløg og sennepscreme |B, D, J, N, O|

## FREDAG

- Hovedret** Gammeldags oksesteg med syltet perleløg, skysauce og persille |A, B, N, O|, serveret med kartofler og skysauce |A, B, N, O|
- Salater** Broccolisalat med gomadressing og ristede sesamfrø |A, G, K, N, P| Asiatisk rissalat med kokos, grønt og sesam |A, F, G, H, K, L, N, O, P|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Skagenssalat med årstidens fisk, bagte gulerødder dild og kapers |B, C, D, E, J, N, O| Frikadeller med syltede rødbeder |A, D, N, O| Spinatkylling med urtemayonaise og kørvel |B, D, J, N| Miniforårssruller med sweet chili sauce |A, G, I, N, O, P|

Ugens kage Krydderkage |A, B, D|

## TIRSDAG

- Hovedret** Svinekæber i rødvinsauce med bagte rodfrugter |A, I, N, O, P|, serveret med stegte kartofler med timian
- Salater** Rødbedesalat med raddichio og sirup |N| Perlespelt med champignon, syltede rødløg og krydderurter |A, N, O|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Kyllingesalat med soltørret tomat, grønne asparges og aiöli |D, H, J, N, O, P| Kogt landskinke med æble-/løgkompot og persille |N, O| Kyllingepålæg med karrycreme og persillesalat |B, D, J, N, O, P| Æg med estragoncreme |D, J, N|

## TORSDAG

- Hovedret** Kødboller i indisk karrysauce |A, D, N, O, P|, serveret med ris og mangochutney |N, O|
- Salater** Thai-agurkesalat |A, C, E, F, G, N, O, P| Bulgur med squash, bagte løg og brøndkarse |A, N, O|
- Pålæg/  
Spread/  
Delikatesse** Æggesalat |B, D, J, N| Hamburgerryg med Italiensk salat |B, D, J, N| Roastbeef med agurkesalat og kold bearnaiscreme |D, J, N| Kyllingepålæg med pepperdew, serveret med tomatcreme |A, B, D, G, I, J, O, P|

## TILKØB

- Grøntsags-Retterne**
- M:** Polenta med rosmarin og parmesan. Serveret med squash i romanesco |B, H, I, N, O, P|
- T:** Vegetarpizza med tomat, ost, champignon, chili, peberfrugt og oregano |A, B, O, P|
- O:** Quinoa/blomkålsfrikadeller med ratatouille |B, D, N, O, P|
- T:** Stegte ris m. æg, krydderurter, grønt og soya/chilisauce |A, B, D, G, N, O, P|
- F:** porre-kartoffeltærte med ost |A, B, D, P|

Suppe Oksehalesuppe |I, O|

70 22 38 44

[www.maaltidet.dk](http://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, Sulfitter N, Løg O, Hvidløg P

**M**  
FROKOST  
MAALTIDET



# LUNCH WEEK 50

## MONDAY

- Main dish** Chicken in Cajun |J, P|, served with Wheat grain with lemon |A, N, P| and garlic cream |B, D, J, N, P|
- Salads** Potato salad with curry cream, cucumber and dill seeds |B, D, J, N, P| Haricot vert with baked tomatoes and pesto |B, F, N, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Tuna salad with capers and dill |A, D, E, J, N, O| Ham with honey, served with apple and curry salad |B, F, N, O, P| Roast beef with remoulade and baked onions |D, I, J, N, O| "Rullepølse" with beetroot salad and cress |B, N, O|

## WEDNESDAY

- Main dish** Beef with spring onions and oyster sauce |A, G, L, O, P|, served with noodles with baked bell peppers and sesame seeds |A, D, K, P|
- Salads** Cauliflower with pomegranate, spring onions and tahin dressing |A, G, K, N, O, P| Honey baked root vegetables with chervil and sunflower seeds |H, I, N|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Salmon salad with herbs, lemon and pickled greens |B, D, E, I, J, N|, Smoked filet with eggs and chives |B, D| } Chicken breast with mustard mayo and pickled zucchini |D, J, N| Beef salami with pickled red onions and mustard cream |B, D, J, N, O|

## FRIDAY

- Main dish** Beef with pickled onions, sauce and parsley |A, B, N, O|, served with potatoes and gravy |A, B, N, O|
- Salads** Broccoli with goma dressing and roasted sesame seeds |A, G, K, N, P| Asian Rice Salad w. Coconut, Vegetables & Sesame Seeds |A, F, G, H, K, L, N, O, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Skagen salad with fish of the season |B, C, D, E, J, N, O|, "Frikadeller" with pickled beet roots |A, D, N, O| Chicken with spinach, mayonnaise with herbs |B, D, J, N| Mini spring rolls with sweet chili sauce |A, G, I, N, O, P|

This weeks cake Krydderkage |A, B, D|

## TUESDAY

- Main dish** Braised pork cheeks in red wine |A, I, N, O, P|, served with oven fried potatoes with thyme
- Salads** Rødbedesalat med raddichio og sirup |N| Perlespelt med champignon, syltede rødløg og krydderurter |A, N, O|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Chicken salad with sundried tomatoes and asparagus |D, H, J, N, O, P| Ham with apple/onion |N, O| Chicken with curry cream and parsley salad |B, D, J, N, O, P| Eggs with tarragon cream and fresh tarragon |D, J, N|

## THURSDAY

- Main dish** Meatballs in an Indian curry sauce |A, D, N, O, P|, served with rice and mango chutney |N, O|
- Salads** Thai cucumber salad |A, C, E, F, G, N, O, P| Bulgur with zucchini,, baked onions and cress |A, N, O|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Egg salad |B, D, J, N| Smoked ham with "Italiensk salat" |B, D, J, N| Roast beef with cucumber salad and cold béarnaise cream |D, J, N| Chicken with pepper dew, served with tomato cream |A, B, D, G, I, J, O, P|

## EXTRA OPTIONS

- Vegetable dishes**
- M:** Polenta with rosemary and parmesan. Served with zucchini in romanesco |B, H, I, N, O, P|
  - T:** Vegetarian Pizza with tomato, cheese, mushrooms, chili, bell pepper and oregano |A, B, O, P|
  - O:** Small cakes of quinoa & cauliflower with ratatouille |B, D, N, O, P|
  - T:** Fried rice w. egg, herbs, vegetables and soy-chili sauce. |A, B, D, G, N, O, P|
  - F:** pie with potato, leek and cheese |A, B, D, P|

Soup Ox tail soup |I, O|

70 22 38 44

We preserved the right to change the content if supply cannot be met!

[www.maaltidet.dk](http://www.maaltidet.dk)

Gluten A, Milk B, Shellfish C, Egg D, Fish E, Peanuts F, Soya G, Nuts H, Sellery I, Mustard J, Sesame K, Molluscs L, Lupine M, Sulphites N, Onion O, Garlic P

info@maaltidet.dk

**M**  
FROKOST  
MAALTIDET