



FROKOST UGE 03

MANDAG

- Hovedret** Kylling bagt med citron og oliven, serveret med kartofler og yoghurtcreme ned mynte og hvidløg |B, P|
- Salater** Perlebyg med edamamebønner og ristede peanuts |A, F, G| Savoykålssalat med dild & tranebær |N, O, P|
- Pålæg/
Spread/
Delikatesse** Spicy tunsalat |A, D, E, J, N, O| Stegt svinemørbrad med bløde løg og rødbeder |A, J, N, O, P| Kogt oksebryst med æble-/peberrodscreme og urter |B, I, J, N, P| Hvid bønnespread med chili

ONSDAG

- Hovedret** Svinekam med senneps-/champignonsauce |A, B, J, N|, serveret med ris |O|
- Salater** Hvidkål og rosenkålssalat med dild |N| Tabouleh |A, O, P|
- Pålæg/
Spread/
Delikatesse** Bornholmersalat med hvidfisk, rygeost og krydderurter |B, E, I, N| Hamburgerryg med agurkesalat og sennepsmayonnaise |D, J, N| Rosastegt okse med tomatpesto |B, F, H, N, O, P| Tærte Romana |A, B, D, F, H, N, O, P|

FREDAG

- Hovedret** BBQ-kylling |A, G, I, N, P|, serveret med bulgur |A, N, O| og BBQ Sauce |A, G, I, N, P|
- Salater** Kartoffelsalat med karrycreme, agurk og dildfrø |B, D, J, N, P| Rødkålssalat med pære, birkes og balsamicodressing |H, J, N|
- Pålæg/
Spread/
Delikatesse** Reje og laksesalat med dild |B, C, D, E, J, N| Provenceskinke med æggestand |B, D| Roastbeef med basilikumcreme og tomater |B, J, K, N, P| Kikærtespread med persille |N|

Ugens kage Rabarbertærte |A, B, D, H, N|

TIRSDAG

- Hovedret** Oksekød i pimentsauce med forårsløg |A, B, N, O, P|, serveret med pasta med bagte peberfrugter og sorte sesamfrø |A, K, P|
- Salater** Revet rødbedesalat med æbler og æblesirup |N| Bagt knoldselleri med dadler og purtløg |I|
- Pålæg/
Spread/
Delikatesse** Kyllingesalat med bagte rodfrugter |B, D, I, J, N| Rullepølse med sky, løg og karse |O| Kylling med chilimayonnaise og syltede peberfrugter |D, J, N, P| Æg & rejer med mayonnaise |C, D, J, N|

TORSDAG

- Hovedret** Frikadeller (3 stk. pr mand) af kalv og svinekød |A, D, O|, serveret med råstegte kartofler og sennepscreme |B, D, J, N|
- Salater** Penne pasta med bagte tomater og rødløg, vendt med babyspinat og basilikumdressing |A, N, O| Cæsarsalat |A, B, D, E, J, N, P|
- Pålæg/
Spread/
Delikatesse** Æggesalat |B, D, J, N| Stegt svinekam med basilikumspesto og tomatcutney |B, F, N, O, P| Kyllingepålæg med tomatcreme |A, B, D, G, I, J, O, P| Leverpostej med agurkesalat og persillesalat |A, B, N, O|

TILKØB

- Grøntsags-
Retterne**
- M:** Stegte ris m. æg, krydderurter, grønt og soya/chilisauce |A, B, D, G, N, O, P|
- T:** Bagt knoldselleri med blomkålspure og persilleolie |B, I, N, O, P|
- O:** Polenta med rosmarin og parmesan. Serveret med squash i romanesco |B, H, I, N, O, P|
- T:** Vegetarlasagne med spinat |A, B, I, N, O, P|
- F:** Vegetarpizza med tomat, ost, champignon, chili og peberfrugt |A, B, O, P|

Suppe Fransk løgsuppe med gratineret ostebrød |A, B, 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, Sulfitter N, Løg O, Hvidløg P

M
FROKOST
MAALTIDET



LUNCH WEEK 03

MONDAY

- Main dish** Chicken baked with lemon and olives | |, served with potatoes and mint/garlic-yogurt cream |B, P|
- Salads** Pearl barley with edamame beans and roasted peanuts |A, F, G| Savoy cabbage salad with dill & cranberry |N, O, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Spicy tuna salad |A, D, E, J, N, O| Roast pork tenderloin with fried onions and beets |A, J, N, O, P| Brisket with apple-/ horseradish cream and herbs |B, I, J, N, P| White bean spread with chili

WEDNESDAY

- Main dish** Roast of pork with mustard and mushroom sauce |A, B, J, N|, served with rice |O|
- Salads** Cabbage salad with dill |N| Tabouleh |A, O, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** "Bornholmer" salad with white fish and smoked cheese |B, E, I, N| Smoked pork with cucumber salad and mustard mayonnaise |D, J, N|} Roast beef with tomato pesto |B, F, H, N, O, P| Pie Romana |A, B, D, F, H, N, O, P|

FRIDAY

- Main dish** BBQ chicken |A, G, I, N, P|, served with bulgur |A, N, O| and BBQ Sauce |A, G, I, N, P|
- Salads** Potato salad with curry cream, cucumber and dill seeds |B, D, J, N, P| Red cabbage with pear, poppy seeds and balsamic dressing |H, J, N|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Shrimp and salmon salad with dill |B, C, D, E, J, N|, Provence ham with scrambled eggs |B, D| "Roastbeef" with basil cream and tomatoes |B, J, K, N, P| Spread of chick pea with parsley |N|

This weeks cake	Rhubarb pie A, B, D, H, N
-----------------	----------------------------

TUESDAY

- Main dish** Beef in piment sauce with spring onions |A, B, N, O, P|, served with Pasta and roasted sesame seeds |A, K, P|
- Salads** Grated beetroots with apples and apple sirup |N| Baked celeriac with dates and chives |I|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Chicken salad with baked root vegetables |B, D, I, J, N| "Rullepølse" with onions |O| Chicken with chili mayonnaise and pickled bell pepper |D, J, N, P| Eggs and shrimps with mayonnaise |C, D, J, N|

THURSDAY

- Main dish** Pork & veal meatballs (3 per person) |A, D, O|, served with oven fried potatoes and mustard cream |B, D, J, N|
- Salads** Pastasalad |A, N, O| Caesar Salad |A, B, D, E, J, N, P|
- Cold cuts/ Spread/ Deli** Egg salad |B, D, J, N| Fried comb smeared with basil pesto and tomato chutney. |B, F, N, O, P| Chicken with pepperdew, served with tomato creame |A, B, D, G, I, J, O, P| Liver paté with cucumber salad |A, B, N, O|

EXTRA OPTIONS

- Vegetable dishes** **M:** Fried rice w. egg, herbs, vegetables and soy-chili sauce. |A, B, D, G, N, O, P|
- T:** Baked celeriac with pure of cauliflower and parsleyoil |B, I, N, O, P|
- O:** Polenta with rosemary and parmesan. Served with zucchini in romanesco |B, H, I, N, O, P|
- T:** Vegetarian Lasagna with spinach |A, B, I, N, O, P|
- F:** Vegetarian Pizza with tomato, cheese, mushrooms, chili, bell pepper and oregano |A, B, O, P|

Soup	French onion soup au gratin with cheese bread A, B, N, O, P
------	--