

UGE 39

Mandag d. 21. september

DEN ENE

PEANUT STEW MED SØD KARTOFFEL, INGEFÆR,
CHILI OG KANEL (8)

Dampet quinoa med mynte

Cremet yoghurt (7)

Æble/blomme chutney

Ristede hakkede peanuts (8)

DEN ANDEN

HELBAGT KNOLDSELLERI

Knuste urter

Tabbouleh med tomat, bagte squash og persille
(1)

Salat af 3 slags kål, dadler og flækærtepuré

Sorte oliven

DESUDEN

KOGTE ÆG MED KARSE (3)

Miso-mayo (1)

Brød:

Fladbrød med sesam (1)

Meyers hvedebrød og rugbrød (1)

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skilte udelukkende med allergener vist på de 4 ikoner. Vær opmærksom på det nummer, det enkelte allergenikon er tildelt, og se efter det i menuteksten. Maden kan indeholde andre allergener end de 4 ikoner. Ønsker du info omkring yderligere allergener, kan du kontakte Meyers Frokostkøkken på 71 99 88 33



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 39

Tirsdag d. 22. september

DEN ENE

Frittata med kartofler, spinat og frisk mozzarella (3,7)

Urtetopping: Purløg, persille og løvstikke

Hjertesalat, rucola, røde blade og citrondressing

Ratatouille – Squash, aubergine og peberfrugt i intens tomatsoauce

Marinerede oliven

DEN ANDEN

BAGTE RØDBEDER

Kapers og æble-vinaigrette

Syrnet fløde (7)

”Græsk” salat med belugalinser, agurk, tomat og rødløg

Ristede græskarkerner

DESUDEN

LINSE-SPREAD MED SOLTØRREDE TOMATER

Hytteost med purløg (7)

Brød:

Foccacia med cherrytomater og rosmarin (1)

Rugbrød fra Meyers Bageri (1)

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skilte udelukkende med allergener vist på de 4 ikoner. Vær opmærksom på det nummer, det enkelte allergenikon er tildelt, og se efter det i menuteksten. Maden kan indeholde andre allergener end de 4 ikoner. Ønsker du info omkring yderligere allergener, kan du kontakte Meyers Frokostkøkken på 71 99 88 33



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 39

Onsdag d. 23. september

DEN ENE

SOMMERFRIKASSÉ MED LYSE URTER OG FLERE SLAGS KÅL

Topping: Dild og purløg

Syltede rødløg

Nye kartofler med løvstikkepesto

Saltristede kerner og frø

DEN ANDEN

BAGTE MAJROER

Oliven tapenade

Crème fraîche med purløg (7)

Veggie cæsarsalat med estragon (7)

Sprøde surdejscroutoner (1)

DESUDEN

HVID BØNNECREME MED SYLTET CITRON

Røget grønt med dild

Brød:

Tarteletter (7)

Hvede- og rugbrød fra Meyers Bageri (1)

Shot:

Gulerod, ingefær og citron

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skiltes udelukkende med allergener vist på de 4 ikoner. Vær opmærksom på det nummer, det enkelte allergenikon er tildelt, og se efter det i menuteksten. Maden kan indeholde andre allergener end de 4 ikoner. Ønsker du info omkring yderligere allergener, kan du kontakte Meyers Frokostkøkken på 71 99 88 33



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 39

Torsdag d. 24. september

DEN ENE

KALEE DAAL MED GRØNNE LINSER, SPICY TADKA OG PALMEKÅL

Topping: Koriander og forårsløg

Mynte raita – Cremet yoghurt med mynte (7)

Dampede basmatiris med citrongræs

Kokos crumble med nigella

DEN ANDEN

BAGTE PERSILLERØDDER

Harrisa – Spicy chilisaucе med soltørrede
tomater

Grillede auberginer med babyspinat, tahin og
granatæble

Frisk råkost med æbler og rosiner

Poppede vilde ris

DESUDEN

HUMMUS MED GRILLET PEBERFRUGT

Svampepaté med hasselnødder og timian (8)

Brød:

Naan med sesamfrø (1)

Rugbrød fra Meyers Bageri (1)

Kage:

Gulerodsmuffin med havtorntopping (1,7,8)

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skilte udelukkende med allergener vist på de 4 ikoner. Vær opmærksom på det nummer, det enkelte allergenikon er tildelt, og se efter det i menuteksten. Maden kan indeholde andre allergener end de 4 ikoner. Ønsker du info omkring yderligere allergener, kan du kontakte Meyers Frokostkøkken på 71 99 88 33



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 39

Fredag d. 25. september

DEN ENE

SORTE BØNNER, SVAMPE OG TEMPEH BURGER

Chili-tomatsauce

Syltede rødløg

Salat, kål og tomat

Salt-syltede agurker

DEN ANDEN

BAGTE SMÅ KARTOFLER MED ROSMARIN

Aioli – Kartoffelmayo med hvidløg

Grillede grøntsager, hvide bønner og "pesto"

Cremet kålsalat med bladselleri, æble og urter
(7)

Ristede solsikkekerner

DESUDEN

GRØN ÆRTECREME

Røget grønt med urter

Brød:

Burgerbolle (1,7)

Meyers rugbrød (1)

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skilte udelukkende med allergener vist på de 4 ikoner. Vær opmærksom på det nummer, det enkelte allergenikon er tildelt, og se efter det i menuteksten. Maden kan indeholde andre allergener end de 4 ikoner. Ønsker du info omkring yderligere allergener, kan du kontakte Meyers Frokostkøkken på 71 99 88 33



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder