



UGE 43

Mandag d. 19

DEN ENE

LASAGNA MED TOMATY, LINSER, SPINAT,
SVAMPE OG MORNAYSAUCE (1,3,7)

Syltede cherrytomater med spidskommen og
sort peber

Mormor-dressing (7)

Glaskål og majroer med røde og grønne bitre
salater

Ristede græskarkerner

DEN ANDEN

OVNGRILLET ROMANESCOKÅL, MILD HVIDLØG
OG OLIVENOLIE

Urtesalsa med oregano og grønne oliven

Drænet yoghurt (7)

Grønne linser med syltet rødløg, tomat
basilikum og rucola i vinaigrette

Marinerede sorte og grønne oliven

DESUDEN

BLØD FLÆKÆRTECRÉME MED ÆBLEDDIKE OG TIMIAN

Squashfritter (7)

Brød:

Meyers Hvedebrød (1)

Meyers rugbrød (1)

Der tages forbehold for ændringer.

Meyers skilter 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 39 18 69 00**



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

Må vi høre din mening om dagens frokost?



Scan QR-koden med kameraet på din telefon

UGE 43

Tirsdag d. 20

DEN ENE

**FRIJOLE – SORTE BØNNER, TOMAT, LØG,
RØDDER OG SPIDSKOMMEN**

Blomkåls-guacamole

Frisk salsa med grøn peber, chili, tomat og lime

Quinoa bowl med bagte søde kartofler, piment
og koriander

Peanut og sesamdrys (8)

DEN ANDEN

BAGT HVIDKÅL MED HABANEROSALSA

Chimichuri – spicy urteolie med oregano og chili

Selleri-slaw med gulerødder, grape og oregano
(7)

Crema - cremet dip af syrnede fløde og chipotle (7)

Ristede solsikkekerner med røget paprika

DESUDEN

HUMMUS MED KRYDREDE KIKÆRTER

Kogte æg med mayonnaise og karse

Brød:

Corn bread (1,3,7)

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 39 18 69 00**



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

Må vi høre din mening om dagens frokost?



Scan QR-koden med kameraet på din telefon

UGE 43

Onsdag d. 21

DEN ENE

FRITTATA MED KARTOFLER, LØG, SHERRYTOMATER OG FETA (3,7)

Persillepesto med ristede solsikkekerner og
gærflager

Chili-ketchup

Bagte spidskål og pærer med timian og Meyers
balsamico på hvid bønnespread og fritteret
boghvede

Crumble af nødder og frø (8)

DEN ANDEN

BAGTE SQUASH MED TIMIAN OG MILDE HVIDLØG

Syrnet fløde med citron (7)

Syltede rødløg

Sauce tatare med friske urter
Grønne blade med plukkede krydderurter (7)

Poppet hvede

DESUDEN

KOGTE KARTOFLER MED RØGET SALT OG MAYONNAISE

Hytteost med radiser (7)

Brød:

Madbrød med grøntsager og salvie (1)

Meyers rugbrød (1)

Shot:

Ingefær, æble & citron

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 39 18 69 00**



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 43

Torsdag d. 22

Må vi høre din mening om dagens frokost?



Scan QR-koden med kameraet på din telefon

DEN ENE

**INDISK MULLIGATAWNY MED LINSER,
KIKÆRTER, KARTOFLER, TOMAT OG KOKOS**

Topping: Dampet broccoli, sukkerærter og
forårsløg

Friteret tofu

Dampede basmatiris med kardemomme

Friterede sprøde løg (1)

DEN ANDEN

BAGT BUTTERNUT MED MILD CHILI OG MASALA

Rødbeder Punjabi-style med persille

Rajita med agurk og melon (7)

Gulerodssalat med kokos, chili og forårsløg

Saltristede cashewnødder (8)

DESUDEN

RØGET SELLERI MED FLØDEOST OG KARSE

Æggesalat med purløg

Brød:

Meyers hvedebrød og rugbrød (1)

Kage:

Blommetrifli med makron og vaniljecrème

(1,3,7,8)

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 39 18 69 00**



1. Gluten



3. Æg



7. Mælk



8. Nødder

UGE 43
Fredag d. 23

Må vi høre din mening om dagens frokost?



Scan QR-koden med kameraet på din telefon

DEN ENE

VEGETARBØFFER MED ØKOLOGISKE SOYABØNNER OG URTER

Hjemmelavet ketchup

Syltede agurker

Sprød iceberg, tomat og snittet rødløg

Ristede løg (1)

DEN ANDEN

RÅSTEGTE KARTOFFELBÅDE OG SØDE KARTOFLER

Chili mayonnaise

Rødbede-slaw i crémet dressing med røget
paprika og sennep (7)

Flere slags bønner cherrytomater og bagte løg

Ristede mandler (8)

DESUDEN

HUMMUS MED TAHIN

Kogte æg med mayo og purløg

Brød:

Blød briochebolle (1,3,7)

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 39 18 69 00**



1. Gluten



3.
Æg



7. Mælk



8. Nødder