

UGE 9 MANDAG D. 1. MARTS

DAGENS VARME RET

Kyllingelår stegt med cayenne og paprika.
Serveres med cajun ris, stegte grønne pebre og tomat

DAGENS VEGETARISKE RET

Vegetarisk paella med tomat, safran og masser af grøntsager

DAGENS VEGANSKE RET

Dagens veganske ret ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS VARME RET UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens varme ret uden gluten og laktose ligner som udgangspunkt dagens varme ret med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer

DAGENS SALAT

Grønne bønner og bagt tomat
Stegte kartofler med rødløg og sennepsdressing
Tun, kapers og urter

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Grønne bønner og bagt tomat
Stegte kartofler med rødløg og sennepsdressing
Æg, kapers og urter

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

Til salaterne hører en lille snack eller spread som skifter hver dag

DAGENS SANDWICH

Fennikelsalami med sursød chutney af tomat og løg

DAGENS VEGETARISK SANDWICH

Økologiske æg med tomatmayo og syltede løg

DAGENS VEGANSKE SANDWICH

Dagens veganske sandwich ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS SANDWICH UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens gluten og laktosefri sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer **og** serveres i en gluten-fri bolle

UGENS HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse (7)

-

Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron

UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse

-

Avocado med vegansk mayo, semitør tomat og røgede mandler (8)

TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Grønne og lilla kål med tomatvinaigrette

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



2. Krebstdyr



7. Mælk



8. Nødder

UGE 9 TIRSDAG D. 2.

DAGENS VARME RET

Stegte Meyers medister med bagte kål, syltede løg og stærk sennep (1, 7)

DAGENS VEGETARISKE RET

Svampefrikadeller med bagte kål, syltede løg og stærk sennep (1, 7)

DAGENS VEGANSKE RET

Dagens veganske ret ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS VARME RET UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens varme ret uden gluten og laktose ligner som udgangspunkt dagens varme ret med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer

DAGENS SALAT

Sort quinoa
Majs og grøn peber med rødløg og koriander
Kylling stegt med korianderfrø og paprika
Avocadospread (7)

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Sort quinoa
Majs og grøn peber med rødløg og koriander
Flere slags bønner
Avocadospread (7)

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

Til salaterne hører en lille snack eller spread som skifter hver dag

DAGENS SANDWICH

Roastbeef med pickles, mayo og peberrod

DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Mozzarella med stegte aubergine og sprøde kål i citrondressing (7)

DAGENS VEGANSKE SANDWICH

Dagens veganske sandwich ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS SANDWICH UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens gluten og laktosefri sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer **og** serveres i en gluten-fri bolle

UGENS HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse (7)
-
Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron

UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse
-
Avocado med vegansk mayo, semitør tomat og røgede mandler (8)

TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Kartoffelsalat med porre, persille og æblecidervinaigrette

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



2. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

UGE 9 ONSDAG D. 3.

DAGENS VARME RET

Cremet tomatsuppe med fuld af perlebyg, langtidsstegt okse af masser af urter (1, 7)

DAGENS VEGETARISKE RET

Cremet tomatsuppe med fuld af perlebyg, stegt tempeh og masser af urter (1, 7)

DAGENS VEGANSKE RET

Dagens veganske ret ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS VARME RET UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens varme ret uden gluten og laktose ligner som udgangspunkt dagens varme ret med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer

DAGENS SALAT

Boghvedenudler med bok choy og pomelo
Flere slags spirer
Braiseret gris med soya og ingefær (1)

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Boghvedenudler med bok choy og pomelo
Flere slags spirer
Stegt tofu med soya og ingefær (1)

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

Til salaterne hører en lille snack eller spread som skifter hver dag

DAGENS SANDWICH

Lakserilette med sprød fennikel, skyr og dild (7)

DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Bagte grøntsager og flækærtehummus (8)

DAGENS VEGANSKE SANDWICH

Dagens veganske sandwich ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS SANDWICH UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens gluten og laktosefri sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer **og** serveres i en gluten-fri bolle

UGENS HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse (7)

-

Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron

UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse

-

Avocado med vegansk mayo, semitør tomat og røgede mandler (8)

TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Rød quinoa, spinat og milde løg

DAGENS SHOT

Agurk, ingefær, citron

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



2. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

UGE 9 TORS DAG D. 4.

DAGENS VARME RET

Kylling i klassisk karrysauce med dampede ris og gulerodschutney med hyben og chili (1, 7)

DAGENS VEGETARISKE RET

Stegte svampe og grillet blomkål i klassisk karrysauce med dampede ris og gulerodschutney med hyben og chili (7)

DAGENS VEGANSKE RET

Dagens veganske ret ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS VARME RET UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens varme ret uden gluten og laktose ligner som udgangspunkt dagens varme ret med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer

DAGENS SALAT

Sprøde salater og agurk
Bulgur med persille og mynte
Langtidsstegt okse med chili
Yoghurt med sumak (1, 7)

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Sprøde salater og agurk
Bulgur med persille og mynte
Stegte svampe med chili
Yoghurt med sumak (1, 7)

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

Til salaterne hører en lille snack eller spread som skifter hver dag

DAGENS KAGE

Økologisk mørk chokolademousse med hindbærglace (7)

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**

DAGENS SANDWICH

BLT - Sandwich med stegt bacon, salat og tomat

DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Brie med figenchutney, ristede valnødder og frissé i balsamico (7, 8)

DAGENS VEGANSKE SANDWICH

Dagens veganske sandwich ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS SANDWICH UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens gluten og laktosefri sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer **og** serveres i en gluten-fri bolle

UGENS HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse (7)

-

Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron

UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse

-

Avocado med vegansk mayo, semitør tomat og røgede mandler (8)

TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Rå og ristet broccoli med lime og koriander



1. Gluten



2. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

UGE 9 FREDAG D. 5.

DAGENS VARME RET

Pasta Bolognese af dansk oksekød i kraftig tomatsoauce med masser af urter (1)

DAGENS VEGETARISKE RET

Pasta vegetar bolognese af røde linser og rodfrugter i kraftig tomatsoauce med masser af urter (1)

DAGENS VEGANSKE RET

Dagens veganske ret ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS VARME RET UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens varme ret uden gluten og laktose ligner som udgangspunkt dagens varme ret med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer

DAGENS SALAT

Røde salater med citrus
Perlebyg
Røget andebryst
Hvid bønnespread
Knas af mandler og kyllingeskind (1, 8)

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Røde salater med citrus
Perlebyg
Fårefeta
Hvid bønnespread
Ristede mandler (1, 7, 8)

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

Til salaterne hører en lille snack eller spread som skifter hver dag

DAGENS SANDWICH

Kyllingesalat med karry, svampe og syltet selleri (7)

DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Stegte rødbeder med fetacréme og sorte oliven (7)

DAGENS VEGANSKE SANDWICH

Dagens veganske sandwich ligner som udgangspunkt dagens vegetariske ret, men den er tilberedt **uden** animalske produkter

DAGENS SANDWICH UDEN GLUTEN, NØDDER OG LAKTOSE

Dagens gluten og laktosefri sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefri alternativer **og** serveres i en gluten-fri bolle

UGENS HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse (7)

-

Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron

UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med hytteost, karry og karse

-

Avocado med vegansk mayo, semitør tomat og røgede mandler (8)

TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Grønne bladsalater med solsikke, citron og grana (7)

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



2. Krebstdyr



7. Mælk



8. Nødder