



## UGE 29 MANDAG D. 19. JULI

### DAGENS VARME RET

Kylling i rød karry med masser af grøntsager, dampede ris og krydret chutney

### DAGENS VEGETARISKE RET

Kikærter i rød karry med masser af grøntsager, dampede ris og krydret chutney

### 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

Grov couscous i persillepesto  
Stegt kyllingebryst  
Spidskål og grønne urter i tomatvinaigrette(1)

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Grov couscous i persillepesto  
Grillet ost  
Spidskål og grønne urter i tomatvinaigrette(1)

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Rullepølse og krydder mayo

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Stegte sweet potatoes, persillepesto og sprøde salater(1)

### 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

Kyllingesalat med champignon, sprød bacon og karse (1, 7)  
-  
Rullepølse med italiensk salat og ærteskud (1, 7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Syltede gulerødder med estragon creme og karse (1)  
Bagt glaskål med italiensk salat og ærteskud (1)

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Sprøde kål og salater med gemolata

*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. Kornsdyr



7. Mælk



8. Nødder



## UGE 29

### TIRSDAG D.20 JULI

#### DAGENS VARME RET

Sprøde tarteletter med frikassé af kalvebryst med hyldeblomst, timian og sommergrøntsager(1, 7)

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Sprøde tarteletter med frikassé af asparges og spidskål med hyldeblomst og timian(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

Hvedekernesalat med sommergrøntsager og urter  
Sprængt kalv  
Grøn ærtepuré med solsikkekerner og citron(1)

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Hvedekernesalat med sommergrøntsager og urter  
Marinerede kikærter  
Grøn ærtepuré med solsikkekerner og citron(1)

#### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

#### DAGENS SANDWICH

Roastbeef med remoulade og sprøde løg(1)

#### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Æggesalat med karry, cornichon og rødløg(1, 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

Kyllingesalat med, champignon, sprød bacon og karse (1, 7)

-

Rullepølse med italiensk salat og ærteskud (1, 7)

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Syltede gulerødder med estragon creme og karse (1)

Bagt glaskål med italiensk salat og ærteskud (1)

#### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Kartofler vendt med masser af urter og senneps vinaigrette

*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. Kredsdyr



7. Mælk



8. Nødder



## UGE 29 ONSDAG D. 21. JULI

### DAGENS VARME RET

Fiskefrikadeller med citron og remoulade med dild (1,7)

### DAGENS VEGETARISKE RET

Kikærter i rød curry med masser af grøntsager, dampede ris og krydret chutney

### 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

Linser fra Puy med nye rødløg og sennepsvinaigrette  
Stegt filet af gris med grønne urter  
Sukkerærter med persille og kørvel

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Linser fra Puy med nye rødløg og sennepsvinaigrette  
Grillede fennikel og mild feta  
Sukkerærter med persille og kørvel(7)

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Kyllingesalat med, champignon, sprød bacon og karse (7)

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Nye kartofler, løvstikke mayo, kapers og syltede løg.(1)

### 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

Kyllingesalat med, champignon, sprød bacon og karse (1, 7)

-

Rullepølse med italiensk salat og ærteskud (1, 7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Syltede gulerødder med estragon creme og karse (1)

Bagt glaskål med italiensk salat og ærteskud (1)

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Fennikelsalat med citron og ristet birkes

### DAGENS SHOT

Agurk, ingefær, 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



2. Kornsdyr



7. Mælk



8. Nødder



## UGE 29 TORS DAG D. 22. JULI

### DAGENS VARME RET

Let ragout af dansk oksekød, sommerurter og rosmarin i tomatsauce. Serveres med pasta penne og gremolata(1)

### DAGENS VEGETARISKE RET

Pasta penne med fyldig tomatsauce, sommergrønt og gremolata(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

Rød quinoa med peberfrugt  
Langtidsstegt, marineret oksekød  
Grov avocadomash med hvide bønner  
Tomatsalsa

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Rød quinoa med peberfrugt  
Ristede sommersvampe med hvidløg og timian  
Grov avocadomash med hvide bønner  
Tomatsalsa

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS KAGE:

Kokosmakron (1,7)

*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**

### DAGENS SANDWICH

Krydret, økologisk oksekam, avocado og salsa (1)

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Ristede grøntsager, avocado og tomatsalsa(1)

### 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

Kyllingesalat med, champignon, sprød bacon og karse (1, 7)

-

Rullepølse med italiensk salat og ærteskud (1, 7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Syltede gulerødder med estragon creme og karse (1)

Bagt glaskål med italiensk salat og ærteskud (1)

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Flere slags gulerødder vendt med rucola og ristet boghvede



1. Gluten



2. Kredsdyr



7. Mælk



8. Nødder



## UGE 29 FREDAG D. 23. JULI

### DAGENS VARME RET

Samle selv-gyros af dansk gris med løg, oregano og bagte pebre, med pitabrød og skyddressing (1, 7)

### DAGENS VEGETARISKE RET

Falafel med løg, oregano og bagte pebre, med pitabrød og skyddressing(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

Nye kartofler i æbleviniagrette  
Tun vendt med olivenolie, hakkede kapers og krydderurter  
Grønne bønner og semitørret tomat

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Nye kartofler i æbleviniagrette  
Økologiske æg vendt med olivenolie, hakkede kapers og krydderurter  
Grønne bønner og semitørret tomat

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Koldrøget laks, grøn ærtepuré og sprøde kål (1)

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Falafel, grøn ærtepuré og sprøde kål(1)

### 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 glutenfri bolle

### UGENS HÅNDMADDER

Kyllingesalat med, champignon, sprød bacon og karse (1, 7)

-

Rullepølse med italiensk salat og ærteskud (1, 7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Syltede gulerødder med estragon creme og karse (1)

Bagt glaskål med italiensk salat og ærteskud (1)

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Græsk salat med tomater, oliven, agurker og grønne blade

*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. Kornsdyr



7. Mælk



8. Nødder

MEYERS  
FROKOST  
KØKKEN

# PORTIONS- PAKKET



*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