

UGE 4

MANDAG D. 24. Januar

DAGENS VARME RET

Kylling i rød karry med kokos, chili og limeblade.
Dampede basmatiris.
Chilisyltede agurker og skalotteløg.

DAGENS VEGETARISKE RET

Søde kartofler i krydret sauce med kokos, kardemomme og ingefær (8).
Dampede basmatiris og peanutdrys (8).

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

Stegt kyllingebryst, grillet og rå broccoli, hjertesalat med dampede flækærter og masser af thai basilikum.

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Grillet og rå broccoli, hjertesalat med dampede flækærter og masser af thai basilikum.

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

TILBEHØR TIL VARM RET

To slags radise og kål med forårsløg og sesam.

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 4

TIRSDAG D. 25. Januar

DAGENS VARME RET

Skibberlabskovs med letsaltet kalvebryst, kartofler og løg (7).
Rå og bagte rødbeder i kirsebæreddike med masser af purløg.

DAGENS VEGETARISKE RET

Frittata med kartofler, spinat og frisk mozzarella (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

Salat af blomkålsrudité, belugalinser, agurk, tomat og rødløg.
Cremet urteyoghurt og stegt kalkunoverlår (7).

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Salat af blomkålsrudité, belugalinser, agurk, tomat og rødløg.
Cremet urteyoghurt med økologiske æg (7).

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

TILBEHØR TIL VARM RET

Hjertesalat, rucola, røde blade og citrondressing.

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. Krebsdyr



7. Mælk



8. Nødder

UGE 4

ONSDAG D. 26. Januar

DAGENS VARME RET

Spoleben af dansk gris, braiseret med æblemost og urter.
Cremet bygotto med svampe og karse (7).
Tomat relish.

DAGENS VEGETARISKE RET

Vegansk farsbrød rørt med urter og svampe.
Serveret med timianristede squash og cremet quinoa og selleri.
Tomat relish.

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

Bagte og rå spidskål, rørt friskost, spinat, Meyers balsamico, confiteret andelår og friteret boghvede (7).

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Bagte og rå spidskål, rørt friskost, spinat, semidried tomater, Meyers balsamico, smørbrønner og friteret boghvede (7).

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

TILBEHØR TIL VARM RET

Grønne blade med krydderurter, syltede rødløg og sennepsvinaigrette.

DAGENS SHOT

Agurk, ingefær og 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 4

TORSDAG D. 27. Januar

DAGENS VARME RET

Fiskefrikadeller af torsk og laks rørt med dild (1).
Stegte kartofler med grønkål.
Tatarsauce og citron.

DAGENS VEGETARISKE RET

Vegetardeller med svampe og timian.
Stegte kartofler med grønkål.
Tatarsauce og citron.

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

Grillede auberginer med babyspinat, hummus, persille og granatæble vinaigrette med oksekødboller (1, 7).

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Grillede auberginer med babyspinat, marinerede kikærter, salatost, hummus, persille og granatæblevinaigrette (7).

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

TILBEHØR TIL VARM RET

Frisk råkost med æbler og rosiner og ristede solsikkekerner.

DAGENS KAGE:

Gulerodsmuffin (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. Måden 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 4

FREDAG D. 28. Januar

DAGENS VARME RET

Langtidsstegt spidsbryst vendt med rødbede-BBQ.
Briochebolle (1, 7).
Halve bagte kartofler med røget paprika.
Røget chipotle mayo og drueagurker.

DAGENS VEGETARISKE RET

Burger af sorte bønner, svampe og tempeh.
Briochebolle (1, 7).
Halve bagte kartofler med røget paprika.
Røget chipotle mayo og drueagurker.

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

Salat af stegte rødder, sort quinoa, frissé salat, syltede chili, citron emulsion og langtidsstegt gris.

DAGENS VEGETARISKE SALAT

Salat af stegte rødder, sort quinoa, frissé salat, syltede chili, citron emulsion og falafler.

HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

TILBEHØR TIL VARM RET

Cremet kålsalat med bladselleri, æble og urter.

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