

## UGE 8 MANDAG D. 21. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Klassisk karry med boller af kalv og flæsk. Økologiske basmatiris. Krydret rødløgsschutney med kardemomme og grøn chili (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Vegansk karry sauce med svampe, tempeh og rød peber. Økologiske basmatiris. Krydret rødløgsschutney med kardemomme og grøn chili (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

Tun og estragon creme.  
Bønnesalat med grønne bønner, bagt fennikel, cherrytomater og frisk koriander.

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Stegt aubergine og estragoncreme.  
Bønnesalat med grønne bønner, bagt fennikel, cherrytomater og frisk koriander.

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Roastbeef med peberrod og syltede agurker.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Aubergine med chili yoghurt (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

Fiskefilet med remoulade, citron og urter  
-  
Roastbeef med urtemayonnaise, ristede løg og urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater  
-  
Vegetardelle med creme og syltet grønt

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Råkost af røde kål med pære og mynte (V).

*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 8 TIRSDAG D. 22. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Frilandskylling, stegt med oregano og hvidløg og bagte tomater.

Stegte kartofler med rosmarin og olivenolie.  
Tzatziki, mild hvidløg og agurk (7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Stegte portobello svampe med bagte tomater, halloumi, oregano og hvidløg.  
Stegte kartofler med rosmarin og olivenolie.  
Tzatziki, mild hvidløg og agurk.

### 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

Langtidsstegt svinenakke og blomkålspure.  
Perlespelt, spinat, revet blomkål, mandler, citron og persille (1, 8).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Falafel og blomkålspure.  
Perlespelt, spinat, revet blomkål, mandler, citron og persille (1, 8).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Skinke og ost med sprøde salater og urter (7).

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Bønnespread med sprøde salater og urter.

### 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

Fiskefilet med remoulade, citron og urter

-  
Roastbeef med urtemayonnaise, ristede løg og urter.

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater  
-  
Vegetardelle med creme og syltet grønt

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Græsk salat med tomater, feta, agurker og grønne blade (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. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 8

ONSDAG D. 23. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Tagine af lam og okse med spidskommen, abrikoser, kikærter og masser af grønt. Couscous med citronskal og oliven. Yoghurtdressing med sesam (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Tagine af stegt aubergine og kikærter med spidskommen, abrikoser, kikærter og masser af grønt. Couscous med citronskal og oliven. Yoghurtdressing med sesam (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

Frilands kylling med yoghurt med olivenolie. Tabouleh med bulgur, tomater, bagt græskar, kogt freekeh, citron og persille (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Kikærter og yoghurt med olivenolie. Tabouleh med bulgur, tomater, bagt græskar, kogt freekeh, citron og persille (1, 7).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SHOT

Gulerod, æble, citron og ingefær.

*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

Kylling og bacon.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Hummus med sprøde salater.

### 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

Fiskefilet med remoulade, citron og urter

-

Roastbeef med urtemayonnaise, ristede løg og urter.

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater

-

Vegetardelle med creme og syltet grønt

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Fennikel på flere måder med sprøde røde salater, dild og gremolata (V).



1. Gluten



2. Krebsdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 8 TORS DAG D. 24. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Kalkuncuvette stegte med rosmarin og æble-sennepssky.

Romesco creme med ristede mandler.

Ristede rodfrugter med persille og citron (1, 8).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Saltbagt selleri med trøffelcreme, merian og hasselnødder.

Romesco creme med ristede mandler.

Ristede rodfrugter med persille og citron (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 okse og tzatziki.

Grønne linser, kartofler, glaskål, agurk, dild, persille og forårsløg (7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Kogte butterbeans og tzatziki.

Grønne linser, kartofler, glaskål, agurk, dild, persille og forårsløg (7).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS KAGE:

Cookies (1, 7, 8).

### DAGENS SANDWICH

Røget filet med estragonmayonnaise og tomat.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Æg og tomat med estragonmayonnaise.

### 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

Fiskefilet med remoulade, citron og urter

-

Roastbeef med urtemayonnaise, ristede løg og urter.

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater

-

Vegetardelle med creme og syltet grønt

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Sprød hjertesalat, radicchio, bolsjebede crudité, frissé og estragon.

*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 8

FREDAG D. 25. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Bagte svinekoteletter, merian, oregano, oliven og tomat sauce.

Tortellini med spinat og ricotta.

Parmesan, persille og citronskal (7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Ragout på selleri, oliven, gulerod, oregano og tomat.

Tortellini med spinat og ricotta.

Parmesan, persille og citronskal (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 laktosefrie alternativer

### DAGENS SALAT

Kalkun og linsehummus.

Stegt squash, quinoa, rucola, pinjekerner, citronskal og artiskok (8).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Kogte økologiske æg og linsehummus.

Stegt squash, quinoa, rucola, pinjekerner, citronskal og artiskok (8).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Røget laks med peberrodscreme, kapers og urter (7).

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Linsespread med hakket kapers og urter.

### 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 laktosefrie sandwich ligner som udgangspunkt dagens sandwich med kød/fjerkræ, men den er tilberedt **med** gluten- og laktosefrie alternativer **og** serveres i en glutenfri bolle

### UGENS HÅNDMADDER

Fiskefilet med remoulade, citron og urter

-

Roastbeef med urtemayonnaise, ristede løg og urter.

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater

-

Vegetardelle med creme og syltet grønt

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Violet spidskål, fennikel, gulerødder, kinaradise og bagna cauda inspireret dressing.

*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