

## UGE 9 MANDAG D. 28. FEBRUAR

### DAGENS VARME RET

Lår fra økologiske frilandskyllinger stegt med cayenne og espelette.  
Cajun rice med tomat på økologiske ris.  
Grillede grønne pebre.

### DAGENS VEGETARISKE RET

Rødbede bygotto med hasselnødder, æbler og stegte løg.  
Grillede grønne pebre.

### 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 gris og hytteost rørt med urter (7).  
Grønne og lilla kål, pasta og tomatvinaigrette (1).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Edamame bønner og hytteost rørt med urter (7).  
Grønne og lilla kål, pasta og tomatvinaigrette (1).

### 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 (7).

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Æggesalat med hytteost, karry og karse (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

Fiskefrikadelle med kapersmayonnaise, cherrytomat og urter

-

Skiver af sprængt kalvetunge med peberrodssalat og plukkede urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise, sprøde løg og purløg

-

Økologisk æg med urtemayonnaise og frisk tomat

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Sorte beluga linser med bagt fennikel, æbler 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. Krebsdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 9 TIRSDAG D. 1. MARTS

### DAGENS VARME RET

Stegt Meyers okse medister (1, 7).  
Kartoffelmos med grønkål.  
Stærkt sennep og syltede rødløg.

### DAGENS VEGETARISKE RET

Bøffer af hvide bønner, græskar og rosapeber (V).  
Kartoffelmos med grønkål.  
Stærk sennep og syltede rødløg.

### 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 kylling og feta creme.  
Kamut, pærer, bladselleri, kørvel, dild og raps kimolie (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Soja protein vendt i tomat. Feta creme.  
Kamut, pærer, bladselleri, kørvel, dild og raps kimolie (1, 7).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Sprængt kalvetunge med peberrodssalat og surt.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Citronmarinerede aubergine, mozzarella og basilikum (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

Fiskefrikadelle med kapersmayonnaise, cherrytomat og urter

-

Skiver af sprængt kalvetunge med peberrodssalat og plukkede urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise, sprøde løg og purløg

-

Økologisk æg med urtemayonnaise og frisk tomat

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Råkost af beder med hindbærvinaigrette og brøndkarse.

*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 ONSDAG D. 2. MARTS

### DAGENS VARME RET

Braiseret kalvesteg af tykkam med krydret grøntsags-ratatouille. Ristede små økologiske kartofler med rosmarin. Basilikum og grønne løg.

### DAGENS VEGETARISKE RET

Bagt savoykål og bønner i krydret grøntsags-ratatouille. Ristede små økologiske kartofler med rosmarin. Basilikum og grønne løg (V).

### 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

Laksefrikadeller med linse- og sesamcreme. Rød quinoa, spinat, broccoli, syltede løg og solsikkekerner (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Kogte økologiske æg og linse- og sesamcreme. Rød quinoa, spinat, broccoli, syltede løg og solsikkekerner (1, 7).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SHOT

Agurk, ingefær, citron.

### DAGENS SANDWICH

Fiskefrikadelle med remoulade, urtesalat og citron.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Hummus med bagte tomater, sprød salat og oregano.

### 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

Fiskefrikadelle med kapersmayonnaise, cherrytomat og urter

-

Skiver af sprængt kalvetunge med peberrodssalat og plukkede urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise, sprøde løg og purløg

-

Økologisk æg med urtemayonnaise og frisk tomat

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Skiver af flere farvede gulerødder med bitre salater og dild (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. Krebstdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 9 TORS DAG D. 3. MARTS

### DAGENS VARME RET

Kylling i karry toppet med broccoli og forårsløg. Økologiske dampede ris. Gulerods-chutney med hyben og chili.

### DAGENS VEGETARISKE RET

Stegte svampe i gul karry toppet med broccoli og forårsløg. Økologiske dampede ris. Gulerods-chutney med hyben og chili.

### 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

Marineret stegt okse og tomat-kikærtecreme. Flækærter, grillede gulerødder og radicchio vendt med grøn peber salsa.

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Frisk mozzarella og tomat-kikærtecreme (7). Flækærter, grillede gulerødder og radicchio vendt med grøn peber salsa.

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS KAGE:

Drømmekage (1, 7).

### DAGENS SANDWICH

Roastbeef med løvstikkemayonnaise og sprøde løg.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise og sprøde 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

Fiskefrikadelle med kapersmayonnaise, cherrytomat og urter

-

Skiver af sprængt kalvetunge med peberrodssalat og plukkede urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise, sprøde løg og purløg

-

Økologisk æg med urtemayonnaise og frisk tomat

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Sprøde hjertesalater med høvlet blomkål 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. Krebstdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 9 FREDAG D. 4. MARTS

### DAGENS VARME RET

Ragout bolognese af dansk oksekød i kraftig tomatsoauce med masser af urter.

Økologisk pasta penne.

Persillesalsa med grana padana (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Vegetarisk bolognese, bladselleri, løg, tomater, oliven og kapers.

Økologisk pasta penne.

Persillesalsa med grana padana (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

Kalkun og skyrcreme med urter (7).

Stegte rødder med linser, syltede løg, fennikelfrø, oliven og oregano.

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Tofu og skyrcreme med urter (7).

Stegte rødder med linser, syltede løg, fennikelfrø, oliven og oregano.

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Fennikelsalami med løgchutney.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Ratatouille med linsespread.

### 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

Fiskefrikadelle med kapersmayonnaise, cherrytomat og urter

-

Skiver af sprængt kalvetunge med peberrodssalat og plukkede urter

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Skiver af kartoffel, løvstikkemayonnaise, sprøde løg og purløg

-

Økologisk æg med urtemayonnaise og frisk tomat

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Grønne blade og haricots verts, tomater, timian og ristede kerner.

*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