

## UGE 11

### MANDAG D. 14. MARTS

#### DAGENS VARME RET

Bouef Bourignon med dansk oksekød, svampe og beder i rødvin.

Økologiske ristede kartofler med timian og hvidløg. Syltede zittauerløg og kruspersille.

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Bede Bourignon med svampe og perleløg i rødvin. Økologiske ristede kartofler med timian og hvidløg. Syltede zittauerløg og kruspersille (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

Fiskefrikadeller og urtecreme.

Flækærter med løvstikkesalsa, milde løg, broccoli og ristede solsikkekerner (7).

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Marineret ærteprotein og urtecreme.

Flækærter med løvstikkesalsa, milde løg, broccoli og ristede solsikkekerner (7).

#### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

#### DAGENS SANDWICH

Ribbensteg med rødkål.

#### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Skiver af tomat med mozzarella og salater (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

Roastbeef med remoulade og syltede agurker

-

Varmrøget laks med syltet grønt

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æg og tomat med plukkede urter og salater

-

Vegetardelle med creme og syltet grønt

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

Rødkål, solbær, bolsjebeder og bulls blood (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. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 11

### TIRSDAG D. 15. MARTS

#### DAGENS VARME RET

Jerk marineret kyllingelår med lime.  
Tomatiserede ris med bønner.  
Chimichurri.

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Langtidsbagt jerk marineret knoldselleri med lime.  
Tomatiserede ris med bønner.  
Chimichurri (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

Stegt kylling og chili hummus.  
Sød kartoffel, kamut, gul peber, forårsløg og koriander (1).

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Falafel og chili hummus.  
Sød kartoffel, kamut, gul peber, forårsløg og koriander (1).

#### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

#### DAGENS SANDWICH

Hamburgerryg med sennepsmayo, sprøde grøntsager og salater.

#### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Vegetardelle med creme og syltet grønt.

#### 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

Roastbeef med remoulade og syltede agurker  
-  
Varmrøget laks med syltet grønt

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

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

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

Hjertesalat, spinat, flade bønner, mango og frissé (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 11

### ONSDAG D. 16. MARTS

#### DAGENS VARME RET

Honning glaseret skinke på stuvet spinat.  
Økologiske kogte kartofler drysset med persille.  
Asier og grov sennep (1, 7).

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Frikasse på økologisk fløde, ærter, blomkål,  
persillerødder og løg.  
Økologiske kogte kartofler drysset med persille.  
Asier (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

Stegt marineret okse og tomatpesto.  
Linsesalat med gulerødder, milde løg og urter (8).

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Økologiske æg og tomatpesto.  
Linsesalat med gulerødder, milde løg og urter (8).

#### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

#### DAGENS SHOT

Ingefær, æble, citron.

#### DAGENS SANDWICH

Økologiske æg med pimentmayo, peberfrugt og bitre  
salater.

#### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Økologiske æg med pimentmayo, peberfrugt og bitre  
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

Roastbeef med remoulade og syltede agurker  
-  
Varmrøget laks med syltet grønt

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

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

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

Glaskål og majroer med bitre salater (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 11 TORS DAG D. 17. MARTS

### DAGENS VARME RET

Langtidsstegt kalkuncuvette på lune syltede grøntsager.

Dampede økologiske brune runde ris.  
Satay sauce (8).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Stir fry med tofu, broccoli, forårsløg, rød peber og thai basilikum.

Dampede økologiske brune runde ris.  
Satay sauce (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 grisenakke og hvid bønnecreme.  
Dampet savoykål og palmekål, ægnudler med bønnespirer og sesamdressing (1).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Tofu og hvid bønnecreme.  
Dampet savoykål og palmekål, ægnudler med bønnespirer og sesamdressing (1, V).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS KAGE:

Banankage (1, 7).

### DAGENS SANDWICH

Lakserillette med sprøde grøntsager.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Bønnespread med bagte tomater og 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

Roastbeef med remoulade og syltede agurker  
-  
Varmrøget laks med syltet grønt

### 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 gulerødder med kokos og citrus (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. Krebssdyr



7. Mælk



8. Nødder

## UGE 11 FREDAG D. 18. MARTS

### DAGENS VARME RET

Lasagne af okse, tomat, løg, gulerødder, merian og sauce mornay.  
Gremolata af persille og citronskal (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Lasagne med linsesauce, spinat, svampe og sauce mornay.  
Gremolata af persille og citronskal (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

Langtidsstegt kalkun og trøffelcreme.  
Grillede auberginer med pinjekerner, kikærter og citronskal (7, 8).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Frisk mozzarella og trøffelcreme.  
Grillede auberginer med pinjekerner, kikærter og citronskal (7, 8).

### HERTIL UGENS SIDE-SNACK/SPREAD

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

### DAGENS SANDWICH

Salami milano med tapenade, rucola og basilikum.

### DAGENS VEGETARISKE SANDWICH

Økologiske æg med pimentmayo, peberfrugt og bitre 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

Roastbeef med remoulade og syltede agurker  
-  
Varmrøget laks med syltet grønt

### 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 og æblesalat med rucola og urter (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