

## UGE 20

### MANDAG D. 16. MAJ

#### DAGENS VARME RET

Kalkun i massaman karry med kokos, kartofler, løg og gulerod.

Dampede økologiske jasminris.

Kålraabi i riseddike med chili og sort sesam (2).

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Blomkål og tofu i massaman karry med kokos, kartofler, løg og gulerod.

Dampede økologiske jasminris.

Kålraabi i riseddike med chili og sort sesam (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

Helstegt okse og hvid bønnecreme med lime og sesam.

Sprød salat med sesam, forårsløg, edamame bønner, agurk og koriander.

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Ærteprotein og hvid bønnecreme med lime og sesam.

Sprød salat med sesam, forårsløg, edamame bønner, agurk og koriander.

#### HERTIL UGENS SNACK

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

#### DAGENS KLASSISKE SANDWICH

Dagens sandwich med kød

#### DAGENS GRØNNE SANDWICH

Dagens sandwich med 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

Rosastegt spidskål med peberrodscreme og urter (7)

-

Kyllingesalat med mayonnaise, yoghurt, stegte svampe, bladselleri og glaskål (7)

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med karry, blomkål og purløg (7)

-

Falafel med aioli, sprøde blomkål og urter

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

Kimchi inspireret salat med flere slags spirer (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 20 TIRSDAG D. 17. MAJ

### DAGENS VARME RET

Langtidsstegt okse på stegte løg, cherrytomater og peberfrugt med let skysauce.

Ristede kartofler vendt med rosmarin og timian.  
Hertil aioli.

### DAGENS VEGETARISKE RET

Sellerikrebinet med chiafrø og fennikel.  
Ristede kartofler vendt med rosmarin og timian.  
Hertil aioli (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

Stegt kylling og kørvel creme.  
Salat med bladselleri, æble, kamut, pære vinaigrette og masser af krydderurter (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Bagte rødbeder og kørvel creme.  
Salat med bladselleri, æble, kamut, pære vinaigrette og masser af krydderurter (1, 7).

### HERTIL UGENS SNACK

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

### DAGENS KLASSISKE SANDWICH

Dagens sandwich med kød

### DAGENS GRØNNE SANDWICH

Dagens sandwich med 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

Rosastegt spidskål med peberrodscreme og urter (7)

-  
Kyllingesalat med mayonnaise, yoghurt, stegte svampe, bladselleri og glaskål (7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med karry, blomkål og purløg (7)

-  
Falafel med aioli, sprøde blomkål og urter

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Grønne bønner, kål og krydret tomatdressing (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 20

### ONSDAG D. 18. MAJ

#### DAGENS VARME RET

Bagte svinekoteletter, merian, oregano, oliven og tomatsoauce. Pasta penne, limabønner, spinat og ricotta. Vesterhavssost, persille og citronskal (7).

#### DAGENS VEGETARISKE RET

Ragout på aubergine, oliven, gulerod, oregano og tomat. Pasta penne, limabønner, spinat og ricotta. Vesterhavssost, 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 laktosefri alternativer

#### DAGENS SALAT

Laks og fetaspread. Stegt squash, quinoa, rucola, pinjekerner, citronskal og artiskok (7, 8).

#### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Kikærter og fetaspread. Stegt squash, quinoa, rucola, pinjekerner, citronskal og artiskok (7, 8).

#### HERTIL UGENS SNACK

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

#### DAGENS SHOT

Gulerod, rødbede, ingefær, citron.

#### DAGENS KLASSISKE SANDWICH

Dagens sandwich med kød

#### DAGENS GRØNNE SANDWICH

Dagens sandwich med 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

Rosastegt spidskål med peberrodscreme og urter (7)

-

Kyllingesalat med mayonnaise, yoghurt, stegte svampe, bladselleri og glaskål (7)

#### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med karry, blomkål og purløg (7)

-

Falafel med aioli, sprøde blomkål og urter

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

Violet spidskål, fennikel, gulerødder, kinaradise og bagt hvidløgsdressing (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 20 TORS DAG D. 19. MAJ

### DAGENS VARME RET

Bagt sejfilet med let bechamel sauce. Hvide kartofler med urteolie. Fennikel crudité med hakket dild (7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Bagt selleri med let bechamel sauce. Hvide kartofler med urteolie. Fennikel crudité med hakket dild (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

Helstegt svinemørbrad med salvie og yoghurt creme. Perlespelt, æble, kålrabi, persille og endive (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Falafel og yoghurt creme. Perlespelt, æble, kålrabi, persille og endive (1, 7).

### HERTIL UGENS SNACK

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

### DAGENS KAGE

Cookies med tranebær (1, 7).

### DAGENS KLASSISKE SANDWICH

Dagens sandwich med kød

### DAGENS GRØNNE SANDWICH

Dagens sandwich med 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

Rosastegt spidskål med peberrodscreme og urter (7)

-

Kyllingesalat med mayonnaise, yoghurt, stegte svampe, bladselleri og glaskål (7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med karry, blomkål og purløg (7)

-

Falafel med aioli, sprøde blomkål og urter

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Cremet kold kartoffelsalat med dild, purløg og tomater (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 20 FREDAG D. 20. MAJ

### DAGENS VARME RET

Stegte kyllingelår glaseret med sennep, brun farin og timian.

Hertil dampede nordiske korn og syrlig urtecreme (1, 7).

### DAGENS VEGETARISKE RET

Bagte gule beder med selleri- og trøffelpuré.

Toppet med ristede hasselnødder.

Hertil dampede nordiske korn (1, 7, 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

Kalkun cuvette og pesto.

Stegte gulerødder med sorte linser og dildfrø (7).

### DAGENS VEGETARISKE SALAT

Mozzarella og pesto.

Stegte gulerødder med sorte linser og dildfrø (7).

### HERTIL UGENS SNACK

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

### DAGENS KLASSISKE SANDWICH

Dagens sandwich med kød

### DAGENS GRØNNE SANDWICH

Dagens sandwich med 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

Rosastegt spidskål med peberrodscreme og urter (7)

-

Kyllingesalat med mayonnaise, yoghurt, stegte svampe, bladselleri og glaskål (7)

### UGENS VEGETARISKE HÅNDMADDER

Æggesalat med karry, blomkål og purløg (7)

-

Falafel med aioli, sprøde blomkål og urter

### TILBEHØR TIL VARM RET, SANDWICH OG HÅNDMADDER

Råkost af rødbeder, græskarkerner, kirsebærsaft og rødbedeblade (V).

*Der tages forbehold for ændringer.*

Meyers skifter 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