

SØNDERUP LANDKØKKEN

Gammelholmvej 4, 9541 Suldrup

Mail.: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Tlf: 98 65 32 94

Menuplan November 2024

NAVN: _____

ADRESSE: _____

BY: _____

DATO		MENU 1 → X	MENU 2 → X	Biret → X	Suppe (Hovedret)	2 Håndmad	3 Håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage	KLIMAVENTLIG KOST	X
fre	1	Hvidkålsroulette m/grønsager, lys sovs, kartofler	Kalkungryde i tomatsovs, grønt og pasta	Jordbærkage med makroner og fløde							Porretærte med salatmix	
lør	2	Benløse fugle m/grønsager, sovs og kartofler	Kalvefrikasse m/ærter og asparges, kartofler	Chokoladebudding med fløde							Laks m/citronsovs, grønnsager og kartofler	
søn	3	Kalvesteg m/grønsager, sovs og kartofler	3 tarteletter m/høns i asparges	Romfromage							Grydestegt kylling m/persille, sovs og kartofler	
man	4	Millionbøf med kartofler	Kalkunschnitzel m/grønsager, sovs og kartofler	Vaffel med syltetøj							Spaghetti m/krydret plante bolognese	
tirs	5	Rødspættefilet m/persillesovs, kartofler, grønt	Frikadeller, stegte grønnsager, sovs og krydderkartofler	Pære med makronfløde							Selleribøf m/kartofler og grønnsager	
ons	6	Stegt medister m/stuvet hvidkål og kartofler	Kylling i karry m/grønsager og løse ris	Frugtsalat med chokoladefløde							Fyldt rødspættefilet m/grønnsager, sovs og kartofler	
tors	7	Farsbrød m/grønsager, vildtsovs og kartofler	Paneret fisk m/stuvet spinat og kartofler	Blommegrød med mælk							Broccolinuggets m/kartoffelrosti og grønnsager	
fre	8	Karbonader m/grønsager, brun sovs og kartofler	Guleærter m/kogt flæsk/medister og sennep	Æblekage med fløde							Kyllingbryst m/tomatsovs, grønnsager og pasta	
lør	9	Bøf med bløde løg, sovs og kartofler	Skinke m/grønsager og flødekartofler	Fløderand med jordbærsovs							Grønsagsforårsruller m/brune ris og sovs	
søn	10	Andesteg, rødkål, sovs, brunede/hvide kartofler	Oksesteg m/waldoffsalat, sovs og kartofler	Ris a la mande med kirsebærsovs							Laksetærte m/spinat, tomat og grønålssalat	
man	11	Kyllingbryst m/grønsager, skysovs og kartofler	Svensk pølsesteg med grønnsager	Sveskegrød med mælk							Paneret rødspættefilet, grønnsager, citronsovs, kartofler	
tirs	12	Sammenkogt af gris m/svampe, porrer og kartofler	Kyllingefrikadeller m/grønt, whiskeysovs og kartofler	Æbleskiver med syltetøj							Blomkålsbøf m/grønsager, sovs og kartofler	
ons	13	Skrubbefilet med grønnsager, persillesovs og kartofler	brændende kærlighed med kartoffelmos	Ferskner med cremefløde							Timian stegt kyllingbryst m/sovs, grønnsager og pasta	
tors	14	Forloren hare m/grønsager, vildtsovs og kartofler	Omelet m/svampe, grønnsager og kartofler	Risengrød med kanelukker og smør							Veggie fingers m/ris og grønnsager	
fre	15	Frikadeller m/stuvet hvidkål og kartofler	Oksekøds lasagne med grønnsager	Pære med makronfløde							Gryderet m/kikærter, grønnsager og kartoffelmos	
lør	16	Hamburgerryg m/grønsager, aspargessovs og kartofler	Dampet laks m/lys sovs, grønnsager og kartofler	Frugtsalat med råcreme							Plante farseret porre m/grønnsager, sovs og kartofler	

SØNDERUP LANDKØKKEN

Gammelholmvej 4, 9541 Suldrup

Mail.: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Tlf: 98 65 32 94

Menuplan November 2024

						Suppe (Hovedret)	2 Håndmad	3 Håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage			
søn	17	Paneret kotelet m/grøn-sager, sovs og kartofler		Bøf i flødesovs m/bacon og svampe, kartofler		Citronfromage								Kalkunbryst m/kartofler, sovs og rødkålssalat
man	18	Sammenkogt af gris, gulerødder, cocktailpølser, kart.		Kalkun gorden blue, grøn-sager, pebersovs, kartofler		Pandekager med syltetøj								Fiskefilet, grønsager, kartofler og citronsovs m/persille
tirs	19	Fiskefrikadeller, remolade-sovs, grønsager og kartofler		Forloren and m/æbler, svesker, grønsager, sovs og		Pære og mandarin med fløde								Rødbedebøf m/grønsager, sovs og kartofler
ons	20	Kødboller i selleri m/sovs og kartofler		3 tarteletter m/høns i asparges		Suppe med kød- og melboller								Laks m/stegte ris og grønsager
tors	21	Paneret flæsk, grønsager, persillesovs og kartofler		Suppe m/kød-melboller og urter samt brød		Jordbær/rababergrød med mælk								Kyllingefrikadeller m/grønsager, sovs og kartofler
fre	22	Farseret porre m/grønsager, porresovs og kartofler		Kyllingelår m/kartofler, grønsager, tomatsovs		Fersken/ananas med fløde								Grønsagslasagne med salat
lør	23	Oksesteg m/bønner, sovs og kartofler		Skinke m/grønlangkål og brunede kartofler		Tyttebærris (flødedessert)								Gryderet m/plantekød, grønsager og pasta
søn	24	Steg m/rødkål, sovs og kartofler		Oksegullasch m/gulerødder og kartofler		Ananasfromage								Indbagt laks m/lys sovs, kartofler og grønsager
man	25	Hønefrikasse m/ærter og asparges, kartofler		2 røde pølser m/hvid sovs og kartofler		Ferskner med fløde								Grønsagstærte m/grønkalssalat
tirs	26	Stillehavsrødspætte, grøn-sager, persillesovs og kartofler		Æggekage m/bacon og kartofler		Risengrød med kanelsukker og smør								Kyllingelår m/grønsager, sovs og kartofler
ons	27	Frikadeller m/rødkål, sovs og kartofler		Kogt torsk m/grønsager, sennepsovs og kartofler		Jordbærgrød med mælk								Grønsagsfalafel m/ris, sovs og broccolisalat
tors	28	Karbonader m/stuvet grønærter og kartofler		Kalkuncouvette, grøn-sager og flødekartofler		Æbleskiver med syltetøj								Gryderet m/plantekød, grønsager og pasta
fre	29	Skinkeschnitzel m/ whisky-sovs, grønsager og kartofler		Aspargessuppe m/kødboller og brød		Frugtsalat med vaniljefløde								Karrykål med kylling og ris
lør	30	Bøf m/bløde løg, sovs og kartofler		Rullesteg m/rødkål, sovs og kartofler		Æblekage med fløde								Dampet fisk m/grønsager, sovs og kartofler

Tilvalg/Afbestilling

Såfremt menuplan ikke returneres senest **15/10** leveres menu 1.

Maden kan afbestilles eller ekstra bestilles dagen før inden kl. 14.00.

22,- kr.
27,- kr.
20,- kr.
15,- kr.
20,- kr.

Vi laver også ordinerede diæter og gelesmørrebrød. Blot ring.