SØNDERUP LANDKØKKEN **TLF.: 98 65 32 94**
Mail: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Menuplan
December 2026

Dato	Menu 1	(X)	Menu 2	(X)	Biret	(X)	Suppe hovedret	2 håndmad	3 håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage	Menu 3 (Klimavenlig)	(X)
Tir 01	Kalkun gorden bleu, grøntsager, sovs og kartofler		Røde pølser med varm kartoffelsalat og grøntsager		Fersken/ananas med flødeskum								Gryderet m/plantekød og ris	
Ons 02	Forloren and m/svesker+æbler, grøntsager, sovs og kartofler		Aspargessuppe med kødboller og brød		Ostelagkage								Kyllingelår m/krydder-kartofler og grøntsager	
Tor 03	Kylling m/grøntsager, paprikasovs, kartofler		Oksegryde med vinter rodfrugter og kartofler		Æbleskiver med syltetøj								Grøntsagslasagne med salatmix	
Fre 04	Farseret porre med grøntsager, porresovs og kartofler		Rødspættefilet, grøntsager, dildsovs og kartofler		Rabarber/jordbærkage m/flødeskum								Grøntsagstærte med stuvet spinat	
Lør 05	Benløse fugle med grøntsager, sovs og kartofler		Kalkuncouvette m/grøntsager, sovs og kartofler		Pære/mandariner med flødeskum								Dampet sej m/grøntsager, sovs og kartofler	
Søn 06	Grønlangkål med skinke og brunede kartofler		Bøf med grøntsager, bearnaisesovs og kartofler		Ris a la mande med kirsebærsovs								Laksefrikadeller m/grønt, sovs og kartofler	
Man 07	Rødspættefilet med grøntsager, persillesovs og kartofler		Svensk pølseret med grøntsager		Ferskner med karamelfløde								Spaghetti med grøntsagsbolognese	
Tir 08	Hønsefrikassé med ærter, asparges og kartofler		Okselasagne med grøntsager		Syltede æbler med kanelfløde								Risengrød med kanelsukker og smør	
Ons 09	Frikadeller med stuvet hvidkål og kartofler		Kalvehjerter i flødesovs med kartoffelmos		Bondepige med slør (æblegrød dessert)								Blomkålsbøf med grønt, sovs og bulgur	
Tor 10	Paneret flæsk med grøntsager, persillesovs og kartofler		Gule ærter m/kogt flæsk og medister		Solbærgrød med 1/4 økol. mælk								Kylling m/persille, grønt, sovs og kartofler	
Fre 11	Stegt medister med rødkål, sovs og kartofler		Pasta med kødsovs		Ris a la mande med jordbærsovs								Vegetar schnitzel m/grønt, sovs og kartofler	
Lør 12	Hamburgerryg m/grøntsager, aspargessovs og kartofler		Kold stjerneskud m/2 stegte fisk/rejer/svampe/asparges		Frugtsalat m/flødeskum og chokolade								Tarteletter m/høns i asparges	
Søn 13	Bøf med bløde løg, sovs og kartofler		Rullesteg med svesker, rødkål, sovs og kartofler		Citronfromage med flødeskum								Grøntsagstærte med pastasalat	
Man 14	Kyllingebryst m/grøntsager, sovs og kartofler		Farsbrød m/ grøntsager, baconsovs og kartofler		Pandekager med nøddecreme og fløde								Rødbedebøf m/grønt, sovs og kartofler	
Tir 15	Sammenkogt af svinekød m/grøntsager og kartoffelmos		Isingfilet med grøntsager, lys sovs, kartofler		Jordbærgrød med 1/4 øko. mælk								Veggie fingers m/nudler og grønsager	
Ons 16	Forloren hare med grøntsager, vildtsovs og kartofler		Stegt kyllingelår m/grøntsager, sovs, kartofler		Ris a la mande med kirsebærsovs								Grøntsagsruller m/grønt, sovs og vilde ris	

SØNDERUP LANDKØKKEN TLF.: 98 65 32 94
Mail: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Menuplan December 2026

Dato	Menu 1	(X)	Menu 2	(X)	Biret	(X)	Suppe *hovedret*	2 håndmad	3 håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage	Menu 3 (Klimavenlig)	(X)
Tor 17	Kalkunschnitzel med grøntsager, pebersovs og kartofler		Boller i karry med ris og grøntsager		Vafler med solbærsyltetøj								Stegt fisk m/grøntsager, sovs og kartofler	
Fre 18	Karbonader med stuvet grønærter og kartofler		Stegt kalvelever med bløde løg, sovs og kartofler		Budding med saftsovs								Tarteletter m/stuvet grønærter og persille	
Lør 19	Oksesteg med grøntsager, sovs og kartofler		Sprængt svinekam m/grønt, peberrodssovs og kartofler		Svesketrifli m/makron, creme og fløde								Vegetarisk samosa m/grønt, stegte kartofler	
Søn 20	Paneret kotelet med grøntsager, sovs og kartofler		Grønlangkål med stegt medister og brunede kartofler		Fløderand med frugtsovs								Dampet laks m/grønt, citronsovs og kartofler	
Man 21	Hvidkålsrouletter med grøntsager, lys sovs og kartofler		Kylling i karry m/æbler, ærter og kartofler		Pære m/flødeskum og hindbærsovs								Grøntsagsbøf m/stuvet grønkål	
Tir 22	Skinkeschnitzel med grøntsager, sovs og kartofler		Klar suppe med kød-/melboller og urter		Frugtsalat med vaniljeflødeskum								Kyllingebryst m/sovs, kartofler og salatmix	
Ons 23	Kalvefrikasse med ærter, asparges og kartofler		Karbonade m/grøntsager, sovs, kartofler, waldorfsalat		Æbleskiver med jordbærsyltetøj								Risengrød med kanelsukker og smør	
Tor 24	Andesteg med rødkål, brunede kartofler, sovs og kartofler		Flæskesteg med rødkål, brunede kartofler, sovs og kartofler		Ris a la mande med kirsebærsovs								Rødspættefilet m/lakse-fyld, grønt, sovs, kartofler	
Fre 25	Frikadeller med stuvet hvidkål og kartofler		Kalkunbryst med grøntsager, lys sovs og kartofler		Jordbærkage med makroner og flødeskum								Perlebyg frikadeller m/grønt, sovs og kartofler	
Lør 26	Grønlangkål med brunede kartofler, kogt flæsk/medister		Tarteletter med høns i asparges		Citronfromage med flødeskum								Indbagt laks m/grønt, citronsovs og kartofler	
Søn 27	Flæskesteg med rødkål, brunede kartofler, sovs og kartofler		Dampet laks m/grøntsager, lys sovs og kartofler		Æblekage med flødeskum og ribsgele								Spaghetti med grøntsagsbolognese	
Man 28	Bøf med bløde løg, sovs og kartofler		Æbleflæsk med røget bacon, løg og kartofler		Frugtsalat med råcreme								Kyllingebryst m/grønt, sovs og krydderkartofler	
Tir 29	Rødspættefilet med grøntsager, persillesovs og kartofler		Svinekam med flødekartofler og grøntsager		Pandekager med syltetøj								Risengrød med kanelsukker og smør	
Ons 30	Oksegullasch med gulerødder og kartoffelmos		Mørbradbøf med grøntsager, sovs og kartofler		Blommekage m/makroner og flødeskum								Omelet med grøntsager, sovs og kartofler	
Tor 31	Kogt torsk m/gulerødder, sennepsovs og kartofler		Oksesteg med bønner, sovs, kartofler og waldorffsalat		Citronfromage med flødeskum								Kold stjerneskud m/2 stegt fisk/rejer/røget laks	

Tilvalg / Afbestilling.

Såfremt menuplan ikke returneres senest **16/11** leveres menu 1
Maden kan afbestilles eller ekstra kan bestilles dagen før inden kl. 09:30

Vi laver også ordinerede diæter og gelesmørrebrød. Blot ring