

SØNDERUP LANDKØKKEN

Gammelholmvej 4, 9541 Suldrup

Mail.: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Tlf: 98 65 32 94

Menuplan April 2025

NAVN: _____

ADRESSE: _____

BY: _____

DATO	MENU 1	X	MENU 2	X	Biret	X	Suppe (Hovedret)	1. Håndmad	2. Håndmad	3. Håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage	KLIMAVENTLIG KOST	X
tir	1	millionbøf med kartoffelmos		tyk rød pølse med hvid sovs, kartofler og grøntsager		bondepige med slør, (æblegrød dessert)								dampet hvid fisk m/sovs, kartofler og gulerodssalat	
ons	2	frikadeller med sovs, kartofler og grøntsager		kalkunschnitzel med sovs, krydderkartofler og grønt		pære og mandariner med flødeskum								omelet med svampe, grøntsager og kartofler	
tors	3	kyllingebryst med grøntsager, skysovs og kartofler		farsbrød med stuvet spinat, kartofler og grøntsager		stikkelsbærgrød med 1/4 øko. mælk								grøntsagsruller med vilde ris og tomatsovs	
fre	4	sammenkogt af gris med porre, gulerod og kartofler		rødspætte med kartofler, dildsovs og gulerodssalat		ferskner/ananas med flødeskum								grøntsagsbøf med stegte kartofler og sovs	
lør	5	skinkeschnitzel m/pebersovs kartofler og grøntsager		bøf i flødesovs med bacon, perleløg og kartofler		budding med kirsebær sovs								dampet laks m/sovs, stegte grønsager og kartofler	
søn	6	oksesteg med kartofler, sovs og grøntsager		stjernesnud m/ 2 stegte fisk rejer/svampe/asaprges		sherryfromage med flødeskum, nødder								grøntsagstærte m/kogte bønner og pastasalat	
man	7	rødspættefilet m/grøntsager, persillesovs og kartofler		brændende kærlighed med kartoffelmos		ostelagkage med bær								grydestegt kylling m/sovs, kartofler og grønsager	
tirs	8	stegt medister med rødkål, sovs og kartofler		kødsovs med grøntsager og grov pasta		pandekager med syltetøj								laksefrikadeller m/sovs, kartofler og grøntsager	
ons	9	forloren harer m/grøntsager, vildtsovs og kartofler		fiskefrikadelle m/persillesovs, grøntsager og kartofler		ferskner med råcreme								kyllinglår med ris, sovs og salatmix	
tors	10	hønsefrikasse med asparges, ærter og kartofler		æggekage med kartofler og bacon		skovbærgrød med 1/4 øko. mælk								Karrykål med stegte grøntsager og bulgur	
fre	11	kødboller i selleri med kartofler		okselasagne med grøntsager		frugtsalat med vanilje fløde								tartelet med stuvet grønærter og persille	
lør	12	sprængt svinekam m/grønt peberrodssovs og kartofler		kalkunbryst med flødekartofler og grøntsager		jordbærkage med makroner og fløde								lakse/spinattærte med vilde ris og bulgursalat	
søn	13	flæskesteg med rødkål, sovs og kartofler		tarteletter med høns i asparges		citronfromage med flødeskum								Dampet laks m/citronsovs, grøntsager og kartofler	
man	14	farseret porre m/grøntsager, porresovs og kartofler		kalvehjerter i flødesovs med kartofler		pandekage med creme, flødeskum								timianstegt kylling med grønsager, sovs og ris	
tirs	15	kyllingebryst med grøntsager, paprikasovs og kartofler		2 røde pølser med hvid sovs og kartofler		abrikosgrød med 1/4 økologisk mælk								gryderet med plantekød, grøntsager og grov pasta	
ons	16	skrubbefilet med grøntsager remouladesovs og kartofler		stegt medister med stuvet hvidkål og kartofler		blommekage med makroner, flødeskum								kyllingspyd med stegte kartofler og salatmix	

SØNDERUP LANDKØKKEN

Gammelholmvej 4, 9541 Suldrup

Mail.: landkokken@sonderuplandkokken.dk

Tlf: 98 65 32 94

Menuplan April 2025

						Suppe (Hovedret)	2 Håndmad	3 Håndmad	Proteindrik	Øllebrød	Kage		
tors	17	benløse fugle m/sovs, kartofler og grøntsager	lammekølle med kartofler, sovs og grøntsager	pære med makronfløde								kogt torsk, lys sovs, kartofler og grøntsager	
fre	18	paneret kotelet med sovs, kartofler og grøntsager	oksesteg med bønner, kartofler og sovs	fløderand med jordbærsovs								skidneæg med sennepssovs, kartofler	
lør	19	kalvefrikasse med ærter, asparges og kartofler	Dampet laks m/sovs, kartofler og grøntsager	æblekage med flødeskum								sild/karrysalat, æg/rejer, røget laks, hønsesalat, brød/smør	
søn	20	hambugerryg m/kartofler, aspargessovs og grønt	kalkunbryst med flødekartofler, grøntsager	citronfromage med flødeskum								grønsags soufflé m/broccoli og gulerod med ris	
man	21	bøf med bløde løg, sovs og kartofler	tarteletter med høns i asparges	frugtsalat med råcreme								rødspætte filet, lys sovs m/grønsager, kartofler	
tirs	22	sammenkogt gris m/svampe, pølser og kartoffelmos	svensk pølseret med grøntsager	pandekager med syltetøj								kyllingbryst, carrysovs, ris og grøntsager	
ons	23	karbonader med grøntsager, sovs og kartofler	forårsruller m/ris, karrysovs og grøntsager	ferskner med flødeskum og nødder								porretærte med marineret pastasalat	
tors	24	alaska fiskefilet med persillesovs, kartofler og grønt	farsbrød med grøntsager, sovs og kartofler	jordbær/rabarbergrod m/1/4 øko. mælk								omelet med kartofler, grøntsager og smør sovs	
fre	25	oksegullasch m/gulerødder og kartoffelmos	stegt kyllingelår med sovs, krydderkartofler og grøntsager	pære med fløde og chokoladesovs								falafel med ris, sovs og bønnesalat	
lør	26	skinke med aspargessovs, grøntsager og kartofler	karbonader med stegte kartofler, sovs og grøntsager	æblekage med flødeskum og ribsgele								kylling frikadeller med grøntsager, sovs og kartofler	
søn	27	kalvesteg med kartofler, sovs og grøntsager	indbagt svinemørbrød med sovs, kartofler og grønt	romfromage med kirsebærsovs								stjernskud, 2 stegte fisk, rejer, asparges, svampe	
man	28	hvidkårsroulette med lys sovs, grøntsager og kartofler	isingfilet med lys sovs, kartofler og grøntsager	vafler med syltetøj								kyllingkødboller med, sovs spaghetti og grøntsager	
tirs	29	frikadeller med rødkål, sovs og kartofler	kalkun gordon bleu m/whiskey sovs, grøntsager og kartofler	sveskegrød med 1/4 økologisk mælk								broccoli nugget med ris og grøntsager, sovs	
ons	30	paneret flæsk m/persillesovs, kartofler og grøntsager	oksegryde med grøntsager og kartoffelmos	frugtsalat med råcreme								workret med nudler, kylling og grøntsager	

Tilvalg/Afbestilling

Såfremt menuplan ikke returneres senest 14/3 leveres menu 1.

24,-
kr.
30,-
kr.
20,-

Vi laver også ordinerede diæter og gelesmørrebrød.
Blot ring.