



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 9.10.2021 – 15.10.2021**

## Hovedretter

Lør: Koteletter i fad m. kartofler, ærter, gulerødder, bønner, majs

Søn: Bøf m. pebersovs, kartofler, bønner

Man: Kødboller i urtesovs, kartofler, gulerødder

Tir: Brændende kærlighed m. ærter

Ons: Karrygryde m. kalkun m. kartoffelmos, rosenkål

Tor: Hvidkålssuppe m. flæsk og medister

Fre: Kogt sej i pikantsovs, kartofler, rosenkål

Xtra1: Chili con carne m. ris, majs

Xtra2: Kylling i sur-sødsovs, kartofler, gulerødder

Xtra3: Asiatisk kødgryde m. ris, majs

## Forretter / Desserter

Lør: Hindbærgrød m. mælk

Søn: Fløderand m. jordbærsovs

Man: Solbærgrød m. mælk

Tir: Aspargessuppe m. kødboller

Ons: Maizenagrød

Tor: Æbleskiver m. marmelade

Fre: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Xtra: Porretærte m. skinke

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 16.10.2021 – 22.10.2021**

## Hovedretter

- Lør: Fiskefrikadeller m. persillesovs, kartofler, broccoli  
Søn: Kalvesteg m. skysovs, kartofler, parisercarotter  
Man: Karolines søndagsgryde m. kalkun m. kartoffelmos, blomkål  
Tir: Grydestegt nakke m. skysovs, kartofler, rødkål  
Ons: Gule ærter m. ben og medister  
Tor: Hawaii kotelet m. hawaii sovs, ris, rosenkål  
Fre: Bøf m. bløde løg, løgsovs, kartofler, bønner  
Xtra1: Frikadeller m. kryddersovs, timiankartofler, bønner  
Xtra2: Mexikansk lasagne m. kylling m. majs  
Xtra3: Burger m. pulled pork, coleslaw, agurkesalat

## Forretter / Desserter

- Lør: Vintergrød m. mælk  
Søn: Æblekage  
Man: Sveskegrød m. mælk  
Tir: Blomkålssuppe  
Ons: Pandekager m. marmelade  
Tor: Hyldebærsuppe m. tvebakker  
Fre: Mannavælling  
Xtra: Marineret sild m. karrysalat, løg og ½ rugbrød

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 23.10.2021 – 29.10.2021**

## Hovedretter

Lør: Kyllingefilet m. paprikasovs, kartofler, majs

Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål

Man: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, broccoli

Tir: Forloren mørbrad m. champignonsovs, kartofler, råkost: gulerod,

Ons: Enebærgryde m. ris, rosenkål

Tor: Montobellokarbonade m. kryddersovs, kartofler, blomkål

Fre: Frikadeller m. stuede bønner, kartofler

Xtra1: Kødboller i urte sovs m. kartofler, gulerødder

Xtra2: Græsk farsbrød m. brun sovs, krydderkartofler, tzaziki

Xtra3: Ristaffel m. kalkun m. karrysovs, ris, ærter (kokos, rosin, peanuts)

## Forretter / Desserter

Lør: Æblegrød m. mælk

Søn: Citronfromage

Man: Risengrød

Tir: Saftsuppe m. tvebakker

Ons: Pærer m. makronfløde

Tor: Tomatsuppe m. porre

Fre: Hjemmelavet yoghurt m. jordbær

Xtra: Karrysuppe

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 30.10.2021 – 5.11.2021**

## Hovedretter

Lør: Millionbøf m. kartoffelmos, ærter

Søn: Stegt svinekotelet m. brun sovs, kartofler, bønner

Man: Karrymarineret kyllingefilet i karrysovs, ris, rosenkål

Tir: Fiskefrikadeller m. grøntsager, porrecreme, kartofler, gulerødder

Ons: Kalkunkrebinetter m. paprikasovs, kartofler, broccoli

Tor: Hamburgerryg m. lys sovs, kartofler, blomkål, gulerødder, ærter

Fre: Frikadeller m. brun sovs, kartofler, rosenkål

Xtra1: Italienske kødboller m. tomatsovs, pasta, bønner

Xtra2: BBQ revelsben, barbecuesovs, stegte kartofler, råkost:Iceberg, k

Xtra3: Wokret m. oksekød vilde ris, majs

## Forretter / Desserter

Lør: Rødgrød m. mælk

Søn: Moccafromage

Man: Dessert m. jordbær

Tir: Budding m. saftsovs

Ons: Bygkernegrød m. rabarberkompot

Tor: Øllebrød m. flødeskum

Fre: Klar suppe m. boller

Xtra: Champignonsuppe

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

## Periode 6.11.2021 – 12.11.2021

### Hovedretter

Lør: Kødboller i karrysovs, ris, ærter

Søn: Kogt oksekød i sur-sød sovs, kartofler, pariser carotter

Man: Wienerkarbonader m. brun sovs, kartofler, råkost: gulerod, seller

Tir: Grønkålssuppe m. flæsk

Ons: Stegt and m. skysovs, kartofler, rødkål, brunede kartofler

Tor: Farseret porre m. brun sovs, kartofler, gulerødder

Fre: Bagt torsketournedo m. tomatragoutsovs, kartofler, broccoli

Xtra1: Frikadeller m. brun sovs, kartofler, blomkål

Xtra2: Stegt sild m. persillesovs, kartofler, rosenkål

Xtra3: Pastaret m. skinke og peberfrugt, ærter

### Forretter / Desserter

Lør: Rabarbergrød m. mælk

Søn: Hjemmelavet is m. kakao

Man: Kartoffel-porresuppe

Tir: Æbleskiver m. marmelade

Ons: Ris á la mande m. kirsebærsovs

Tor: Hybensuppe m. tvebakker

Fre: Stikkelsbærgrød m. mælk

Xtra: Tarteletter m. høns i asparges

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 13.11.2021 – 19.11.2021**

## Hovedretter

Lør: Grydestegt kylling m. skysovs, kartofler, majs

Søn: Hamburgerryg m. aspargessovs, kartofler, blomkål, gulerødder, :

Man: Bøf i champignonsovs, kartofler, Råkost: Iceberg, squash, majs

Tir: Gule ærter m. flæsk, medister

Ons: Fiskekrebnetter m. karrysovs, ris, broccoli(indeholder spæk af gi

Tor: Nakkesteg m. svesker og æbler, skysovs, kartofler, rødkål

Fre: Frikadeller m. stuede hvidkål, kartofler

Xtra1: Brændende kærlighed m. ærter

Xtra2: Enebærgryde m. ris, gulerødder

Xtra3: Lasagne m. majs

## Forretter / Desserter

Lør: Frugtsalat

Søn: Hjemmelavet is m. nougat

Man: Saftsuppe m. tvebakker

Tir: Ribsgrød m. mælk

Ons: Risengrød

Tor: Tyrkisk landsuppe

Fre: Hjemmelavet yoghurt m. jordbær

Xtra: Blomkålssuppe

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste  
hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller  
e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 20.11.2021 – 26.11.2021**

## Hovedretter

Lør: Fiskefrikadeller m. laks m. persillesovs, kartofler, broccoli  
Søn: Oksesteg m. skysovs, kartofler, parisercarotter  
Man: Biksemad m. råkost: rødbede, æble, peberrod  
Tir: Skinkegullash m. kartoffelmos, bønner  
Ons: Marineret kyllingefilet m. skysovs, ris, majs, gulerødder, ærter, b  
Tor: Stegt lever i løgsovs, kartofler, rosenkål  
Fre: Baconsteg m. lys sovs, kartofler, gulerødder  
Xtra1: Hvidløgsfrikadeller m. tomatsovs, stegte kartofler, tzatziki  
Xtra2: Kødboller i grøn karrysovs, perlebyg m. porrer, ærter  
Xtra3: Chili con carne m. ris, majs

## Forretter / Desserter

Lør: Blommegrød m. mælk  
Søn: Romfromage m. jordbærsovs  
Man: Kærnemælkssuppe m. solbærsyltetøj  
Tir: Hyldebærssuppe m. tvebakker  
Ons: Bygvandgrød m. rosiner, mælk  
Tor: Hindbærgrød m. mælk  
Fre: Aspargessuppe m. kødboller  
Xtra: Løgtærte m. skinke

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste  
hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller  
e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 27.11.2021 – 3.12.2021**

## Hovedretter

Lør: Montobellokarbonade m. kryddersovs, kartofler, blomkål  
Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål  
Man: Kylling i peberrodssovs, kartofler, majs, ærter, rød peber  
Tir: Krydret nakke m. skysovs, kartofler, coleslaw  
Ons: Kødboller i karrysovs, ris, ærter  
Tor: Grønlangkål m. flæsk, medister, brunede kartofler  
Fre: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, rosenkål  
Xtra1: Italiensk kødsovs m. pasta, bønner  
Xtra2: Græsk farsbrød m. brun sovs, krydderkartofler, gulerødder  
Xtra3: Kalkungryde m. kartoffelmos, rosenkål

## Forretter / Desserter

Lør: Dessert m. hindbær  
Søn: Sveskekage  
Man: Sødgrød  
Tir: Minestrone suppe  
Ons: Rabarbersuppe m. tvebakker  
Tor: Marineret sild m. karrysalat, løg og ½ rugbrød  
Fre: Jordbærgrød m. mælk  
Xtra: Porresuppe

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**





Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 4.12.2021 – 10.12.2021**

## Hovedretter

Lør: Bøf m. bløde løg i løgsovs, kartofler, rosenkål

Søn: Kalvesteg m. skysovs, kartofler, parisercarotter

Man: Stegt medister m. varm kartoffelsalat, ærter

Tir: Sylte m. mælkesovs, kartofler, gulerødder

Ons: Hvidkålssuppe m. sprængt nakke

Tor: Kylling i fad i peperonatasovs, ris, blomkål

Fre: Stegt sej m. persillesovs, kartofler, blomkål, broccoli

Xtra1: Frikadeller m. tomatsovs, kartofler, stegt ratatouille

Xtra2: Ristaffel i karrysovs, ris, ærter (kokos, rosin, peanuts, ananas, m

Xtra3: Bayonneskinke m. stuvet spinat, kartofler

## Forretter / Desserter

Lør: Æblegrød m. mælk

Søn: Citronfromage

Man: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Tir: Solbærgrød m. mælk

Ons: Æbleskiver m. marmelade

Tor: Karrysuppe

Fre: Hjemmelavet is

Xtra: Tarteletter m. høns i asparges

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 11.12.2021 – 17.12.2021**

## Hovedretter

Lør: Stegt flæsk m. persillesovs, kartofler, carotter

Søn: Hamburgerryg m. legeret sovs, kartofler, bønner

Man: Sjællandsk bøf i løgsovs, kartofler, ærter

Tir: Frikadeller m. brun sovs, kartofler, rosenkål

Ons: Kogt laks m. dildsovs, kartofler, broccoli

Tor: Paprikakylling m. paprikasovs, ris, majs

Fre: Karolines søndagsgryde m. kartoffelmos, blomkål

Xtra1: Stegt sild m. persillesovs, kartofler, gulerødder

Xtra2: Italiensk kødsovs m. pasta, bønner

Xtra3: Asiatisk krebinet m. sur-sød urtesovs, vilde ris, stegte grønsager

## Forretter / Desserter

Lør: Budding m. jordbærsovs

Søn: Hindbærfromage

Man: Abrikosgrød m. mælk

Tir: Risengrød

Ons: Blommegrød m. mælk

Tor: Kartoffel-porresuppe

Fre: Pandekager m. marmelade

Xtra: Hjemmelavet sylte m. ½ rugbrød

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 18.12.2021 – 24.12.2021**

## Hovedretter

Lør: Kylling i pikantsovs, kartofler, bønner

Søn: Grønlangkål m. flæsk, medister, brunede kartofler

Man: Kødboller i urtesovs, kartofler, ærter

Tir: Millionbøf m. kartoffelmos, broccoli

Ons: Wienerkarbonader m. brun sovs, kartofler, blomkål

Tor: Farsbrød m. grøntsager m. lys sovs, kartofler, gulerødder

Fre: Stegt and m. skysovs, kartofler, rødkål, brunede kartofler, ½ æbl

## Forretter / Desserter

Lør: Hindbærgrød m. mælk

Søn: Marineret sild m. karrysalat, løg og ½ rugbrød

Man: Hyldebærsuppe m. tvebakker

Tir: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Ons: Porresuppe

Tor: Dessert m. jordbær

Fre: Ris á la mande m. kirsebærsovs

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



**Periode 25.12.2021 – 31.12.2021**

## Hovedretter

Lør: Sprængt kam m. aspargessovs, kartofler, smørdampede gulerø  
Søn: Oksesteg m. sherrysovs, kartofler, bønnesaute  
Man: Kylling i sur-sødsovs, kartofler, gulerødder  
Tir: Stegt medister m. brun sovs, kartofler, rosenkål  
Ons: Bayonneskinke m. legeret sovs, kartofler, gulerødder, ærter, bro  
Tor: Karrygryde m. løse ris, ærter  
Fre: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, æg og rødbeder, broccoli  
Xtra1: Hjertehacis m. kartoffelmos, gulerødder  
Xtra2: Bøf i estragonsovs, stegte kartofler, ærter  
Xtra3: Cuvettesteg m. rødvinssovs, stegte kartofler m skræl, bagte rødk

## Forretter / Desserter

Lør: Hofdessert  
Søn: Æblekage  
Man: Risengrød  
Tir: Tomatsuppe m. porre  
Ons: Sveskegrød m. mælk  
Tor: Jordbærgrød m. mælk  
Fre: Islagkage  
Xtra: Grønkålstærte m. skinke

**Ændringer til madbestilling senest kl. 9.00 sidste  
hverdag før levering på tlf. 7233 5800 eller  
e-mail: [koekkenomraadet@hjoerring.dk](mailto:koekkenomraadet@hjoerring.dk)**

**Menuplanerne kan ses på køkkenområdets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**