



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 23.4.2022 – 29.4.2022**

## Hovedretter

Lør: Frikadeller m. brun sovs, kartofler, majs

Søn: Svinekam stegt som vildt m. vildt sovs, kartofler, pariser carotter

Man: Citronkylling m. skysovs, kartofler, rosenkål

Tir: Biksemad af okse og gris m. råkost: rødbede, æble, peberrod

Ons: Revelsben m. skysovs, kartofler, rødkål

Tor: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, ærter

Fre: Kalkungryde m. ris, rosenkål

Xtra1: Brunkål m. flæsk

Xtra2: Kødboller af gris i grøn karrysovs, perlebyg m. porrer, ærter

Xtra3: Hamburgerryg m. flødestuede kartofler, råkost: iceberg, ærter, i

## Forretter / Desserter

Lør: Ferskner m. makronfløde

Søn: Sherryfromage

Man: Ymerfromage m. jordbærsovs

Tir: Blomkålssuppe

Ons: Risengrød

Tor: Rødgrød m. mælk

Fre: Hyldebærssuppe m. tvebakker

Xtra: Italiensk hverdagssuppe

**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 køkkenrådets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 30.4.2022 – 6.5.2022**

## Hovedretter

Lør: Fiskefrikadeller m. laks og spæk, dildsovs, kartofler, gulerødder,  
Søn: Oksesteg a la marengo m. marengosovs, kartofler, bønner  
Man: Forloren pindsvin af gris m. brun sovs, kartofler, ærter, gulerødder  
Tir: Sprængt nakke m. lys sovs, kartofler, rosenkål  
Ons: Kylling i paprikasovs, kartofler, blomkål  
Tor: Kødboller af gris i sur-sød sovs m. kartofler, ærter  
Fre: Skinkegullash m. ris, broccoli  
Xtra1: Krydderfrikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, stegte grøntsag  
Xtra2: Ristaffel m. kalkun i karrysovs, ris, ærter (kokos, rosin, peanuts, )  
Xtra3: Asiatisk krebinet af gris m. rød sur-sødsovs, nudler, ristet wokble

## Forretter / Desserter

Lør: Solbærgrød m. mælk  
Søn: Chokolade mousse  
Man: Jordbær/rabarbergrød m. mælk  
Tir: Frugtsalat m. vanilliecreme  
Ons: Kærnemælkssuppe m. rosiner  
Tor: Tomatsuppe m. porre  
Fre: Æblesuppe m. tvebakker  
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 7.5.2022 – 13.5.2022**

## Hovedretter

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

Søn: Kyllingefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder

Man: Torsk i fad m. porre/pikantsovs, kartofler, råkost: iceberg, brocco

Tir: Vendelbogyde af gris m. ris, broccolislaw

Ons: Frikadeller m. stuede hvidkål, kartofler

Tor: Rullesteg m. persille, skysovs, kartofler, bønner

Fre: Stegt kamsteg m. timiansovs, kartofler, parisercarotter

Xtra1: Stegt sild m. persillesovs, kartofler, blomkål, ærter, gulerødder

Xtra2: Kotelet i hawaii-sovs (karry og ananas), kartofler, broccoli

Xtra3: Græsk farsbrød af gris m. brun sovs, kartofler, majs

## Forretter / Desserter

Lør: Hindbærgrød m. mælk

Søn: Citronfromage

Man: Budding m. saftsovs

Tir: Blommegrød m. mælk

Ons: Rabarbersuppe m. tvebakker

Tor: Karrysuppe

Fre: Baileyfromage

Xtra: Peberfrugtsuppe

**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 14.5.2022 – 20.5.2022**

## Hovedretter

Lør: Stegt medister m. brun sovs, kartofler, bønner

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

Man: Fiskefrikadeller m. grønsager og spæk, persillesovs, kartofler, br

Tir: Karrygryde m. løse ris, ærter

Ons: Forloren hare m. vildtsovs, kartofler, majs

Tor: Kylling i sur-sødsovs, kartofler, bønner

Fre: Karbonade m. gulerod m. kryddersovs, kartofler, gulerødder, ært

Xtra1: Frikadeller m. kold kartoffelsalat, ærter

Xtra2: Chili con carne af okse m. ris, majs

Xtra3: Colakylling m. skysovs, kartofler, broccoli, blomkål, gulerødder

## Forretter / Desserter

Lør: Stikkelsbærgrød m. mælk

Søn: Hjemmelavet is

Man: Risvandgrød m. rabarberkompot

Tir: Frugtsalat

Ons: Klar suppe m. boller

Tor: Dessert m. jordbær

Fre: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Xtra: Pizza m. oksekødsfyld

**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 21.5.2022 – 27.5.2022**

## Hovedretter

Lør: Stegt kylling m. skysovs, kartofler, bønner

Søn: Barbecuemarineret nakkesteg m. barbecuesovs, krydderkartofle

Man: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, broccoli

Tir: Ribbensteg m. skysovs, kartofler, blomkål

Ons: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, rødkål

Tor: Appelsinmarineret oksesteg m. skysovs, kartofler, smørdampede

Fre: Hjertehacis m. kartoffelmos, gulerødder

Xtra1: Koteletter i fad m. champignonsovs, kartofler, rosenkål

Xtra2: Italienske kødboller af okse m. tomatsovs, pasta, bønner

Xtra3: Indbagt sej m. dildsovs, kartofler, gulerødder

## Forretter / Desserter

Lør: Koldskål m. ristet havregryn

Søn: Portvinsfromage

Man: Blommegrød m. mælk

Tir: Risengrød

Ons: Kartoffel-porresuppe

Tor: Yoghurt mousse m. abrikos

Fre: Æblegrød m. mælk

Xtra: Tomatsuppe m. nudler

**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 køkkenrådets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 28.5.2022 – 3.6.2022**

## Hovedretter

- Lør: Ingefærmarineret nakkesteg m. skysovs, kartofler, majs  
Søn: Sprængt kam m. legeret sovs, kartofler, ærter, gulerødder, brocc  
Man: Kogt sej m. persillesovs, kartofler, råkost: gulerød m. rosiner  
Tir: Kyllingefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder  
Ons: Paprikagryde af gris m. ris, bønner  
Tor: Frikadeller af gris m. stuvede hvidkål, kartofler  
Fre: Karbonader m. brun sovs, kartofler, broccoli  
Xtra1: Wokret uden kød m. vilde ris, gulerødder, selleri, hvidkål, champ  
Xtra2: Stegte ben m. skysovs, kartofler, gulerødder  
Xtra3: Mexikansk lasagne m. kylling m. majs

## Forretter / Desserter

- Lør: Kør om  
Søn: Portvinsfromage  
Man: Aspargessuppe m. kødboller  
Tir: Ribsgrød m. mælk  
Ons: Kold saftsuppe m. tvebakker  
Tor: Dessert m. hindbær  
Fre: Bygvandgrød m. rosiner, mælk  
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 køkkenrådets hjemmeside:  
[www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

## Periode 4.6.2022 – 10.6.2022

### Hovedretter

- Lør: Stegt kylling m. skysovs, kartofler, grøn salat m. mormordressing  
Søn: Krydret svinemørbrad m. ingefærsovs, ris, stegte gulerødder og :  
Man: Kalvesteg stegt som vildt m. vildtsovs, kartofler, bønne saute  
Tir: Fiskefrikadeller m. grønt og spæk m. porrecreme, kartofler, brocc  
Ons: Farsbrød af gris m. peberfrugt og ost, brun sovs, kartofler, majs  
Tor: Amagergryde af gris m. kartofler, blomkål  
Fre: Rullesteg m. svesker, skysovs, kartofler, rødkål  
Xtra1: Frikadeller m. stuvet macaroni, ærter  
Xtra2: Biksemad m. okse og gris m. gulerødder  
Xtra3: Paneret flæsk m. brun sovs, kartofler, råkost: gulerød, mandarin,

### Forretter / Desserter

- Lør: Kold rabarbersuppe m. vaniljecreme  
Søn: Citronfromage m. svesker  
Man: Hjemmelavet is m. chokolade og makron  
Tir: Solbærgrød m. mælk  
Ons: Risengrød  
Tor: Ymer m. rugbrødsmusli  
Fre: Hindbærgrød m. mælk  
Xtra: Fyldte pandekager

**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 11.6.2022 – 17.6.2022**

## Hovedretter

Lør: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, gulerødder

Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål

Man: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, majs

Tir: Stegt lever i løgsovs, kartofler, bønner

Ons: Grydestegt kylling m. skysovs, kartofler, hjemmelavet agurkesalat

Tor: Bayonneskinke m. aspargessovs, kartofler, broccoli

Fre: Karrygryde af gris m. løse ris, rosenkål

Xtra1: Baconsteg m. lys sovs, kartofler, bønner

Xtra2: Kødboller af gris i rød sur/sød sovs, perlebyg m. porrer, ærter

Xtra3: Lasagne m. okse m. majs, gulerodsstrimler

## Forretter / Desserter

Lør: Koldskål m. kammerjunkere

Søn: Kirsebærtrifli

Man: Kartoffel-porresuppe

Tir: Budding m. saftsovs

Ons: Jordbærgrød m. mælk

Tor: Mannavælling

Fre: Kold solbærsuppe m. vaniliecreme

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 18.6.2022 – 24.6.2022**

## Hovedretter

Lør: Karbonader m. brun sovs, kartofler, blomkål

Søn: Kalvefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder

Man: Røget makrel m. kold kartoffelsalat, råkost: iceberg, gulerod, ma

Tir: Stegt medister m. brun sovs, kartofler, rødkål

Ons: Karolines søndagsgryde af gris m. kartoffelmos, bønner

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

Fre: Grydestegt nakke m. skysovs, kartofler, broccoli

Xtra1: Græske frikadeller af gris og okse m. brun sovs, stegte kartofler,

Xtra2: Kylling i urtesovs, kartofler, carotter

Xtra3: Pastaret m. skinke og peberfrugt, ærter

## Forretter / Desserter

Lør: Ribsgrød m. mælk

Søn: Hjemmelavet is m. jordbær

Man: Blomkålssuppe

Tir: Hjemmelavet yoghurt m. hindbær

Ons: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Tor: Blommegrød m. mælk

Fre: Pærer m. råcreme

Xtra: Rabarbertærte m. flødeskum

**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 25.6.2022 – 1.7.2022**

## Hovedretter

Lør: Millionbøf af okse m. kartoffelmos, rosenkål

Søn: Svinekam m. krydderurter, skysovs, kartofler, gulerødder, ærter,

Man: Svensk pølseret af gris m. ærter

Tir: Frikadeller af gris m. stuvede blomkål, kartofler

Ons: Kylling i sur-sødsovs, kartofler, gulerødder

Tor: Fiskekrebinetter m. spæk m. karrysovs, kartofler, blomkål

Fre: Husarsteg af gris m. skysovs, kartofler, bønner

Xtra1: Grøntsagsbix uden kød m. rosenkål

Xtra2: Kogt oksekød i peberrodssovs, kartofler, pariser carotter

Xtra3: Pizza m. løg, skinke og ananas, råkost: gulerod m. rosiner

## Forretter / Desserter

Lør: Rabarbergrod m. mælk

Søn: Æblekage

Man: Juliennesuppe

Tir: Kold saftsuppe m. tvebakker

Ons: Pandekager m. jordbærmarmelade

Tor: Kærnemælksfromage m. jordbærsovs

Fre: Ymer m. rugbrødsmusli

Xtra: Tomatsuppe m. nudler

**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 2.7.2022 – 8.7.2022**

## Hovedretter

Lør: Forloren hare af gris m. vildtsovs, kartofler, majs

Søn: Oksesteg m. skysovs, kartofler, bønner

Man: Kalkungryde m. kartoffelmos, rosenkål

Tir: Karbonade m. gulerod m. kryddersovs, kartofler, gulerødder, ært

Ons: Kogt torsk i pikantsovs, kartofler, broccoli

Tor: Kødboller af gris i karrysovs, ris, ærter

Fre: Rullesteg m. persille, skysovs, kartofler, gulerødder

Xtra1: Frikadeller af gris m. varm kartoffelssalat, carotter

Xtra2: Asiatisk krebinet af gris m. sur-sød urtesovs, vilde ris, stegte grø

Xtra3: Mexikansk pandekage m. oksekød m. råkost: iceberg, squash, r

## Forretter / Desserter

Lør: Stikkelsbærgrød m. mælk

Søn: Appelsinfromage

Man: Koldskål m. ristet havregryn

Tir: Kold jordbær/ rabarbarsuppe m. vaniliecreme

Ons: Rødgrød m. mælk

Tor: Hjemmelavet is

Fre: Peberfrugtsuppe

Xtra: Kold blomkålsret 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 9.7.2022 – 15.7.2022**

## Hovedretter

Lør: Fynsk gullash af gris m. kartoffelmos, ærter

Søn: Hamburgerryg m. lys estragonsovs, kartofler, broccoli

Man: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, råkost: iceberg, squash

Tir: Paneret flæsk m. brun sovs, kartofler, gulerødder

Ons: Fiskerand m. spæk m. peberfrugt, aspargessovs, kartofler, roser

Tor: Paprikakylling m. paprikasovs, kartofler, majs

Fre: Krydderbøf i champignonsovs, kartofler, carotter

Xtra1: Italiensk kødsovs af okse m. pasta, gulerødder

Xtra2: Kyllingefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder

Xtra3: Grill medister m kold kartoffelsalat, broccoli

## Forretter / Desserter

Lør: Kold rabarbersuppe m. tvebakker

Søn: Madeira fromage

Man: Budding m. saftsovs

Tir: Kør om

Ons: Ribsgrød m. mælk

Tor: Porresuppe

Fre: Hindbærgrød m. mælk

Xtra: Klar suppe m. boller

**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)**