



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 13.7.2024 – 19.7.2024**

## Hovedretter

- Lør: Sprængt nakke m. lys sovs, kartofler, broccoli  
Søn: Kalvefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder  
Man: Hvidløgsfrikadeller af gris m. tomatsovs, kartofler, bønner  
Tir: Citronkylling m. skysovs, kartofler, majs  
Ons: Fyldt sej m. skinke og ost m. urtesovs, kartofler, rosenkål  
Tor: Koteletter i fad m. peperonata, kartofler, blomkål  
Fre: Farsbrød af gris m. brun sovs, kartofler, gulerødder  
Xtra1: Stegt sild m. persillesovs, kartofler, gulerodsstrimler  
Xtra2: Asiatisk grøntsagsgryde uden kød m. ris  
Xtra3: Pasta Carbonara af gris, majs

## Forretter / Desserter

- Lør: Rabarbergrød m. mælk  
Søn: Pærer m. makronfløde  
Man: Hjemmelavet yoghurt m. jordbær  
Tir: Karrysuppe  
Ons: Pandekager m. jordbærmarmelade  
Tor: Rødgrød m. mælk  
Fre: Kærnemælkssuppe m. rosiner  
Xtra: Banankage

**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 20.7.2024 – 26.7.2024**

## Hovedretter

- Lør: Blomkålskrebnet af gris m. brun sovs, kartofler, gulerødder, ærter  
Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål  
Man: Fiskeboller m. spæk i tomatsovs, kartofler, broccoli  
Tir: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, bønner  
Ons: Karrykylling m. karrysovs, ris, ærter  
Tor: Skinkegullash m. kartofler, carotter  
Fre: Forloren pindsvin af gris m. brun sovs, kartofler, blomkål  
Xtra1: Kødboller af gris i urtesovs m. kartofler, gulerødder  
Xtra2: Italiensk kødsovs m. okse og linser m. pasta, majs  
Xtra3: Grøntsagsbix uden kød m. ærter

## Forretter / Desserter

- Lør: Kold rabarbersuppe m. tvebakker  
Søn: Kirsebær mousse  
Man: Solbærgrød m. mælk  
Tir: Ymer m. rugbrøds musli  
Ons: Aspargessuppe m. kødboller  
Tor: Jordbærgrød m. mælk  
Fre: Koldskål m. kammerjunkere  
Xtra: Risengrød

**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 27.7.2024 – 2.8.2024**

## Hovedretter

- Lør: Bøf m. bacon i løgsovs, kartofler, majs  
Søn: Honningmarineret nakkekam m. skysovs, kartofler, blomkål  
Man: Fynsk gullash m. gris og kikærter, kartoffelmos, rosenkål  
Tir: Kødboller af gris i karrysovs, ris, ærter  
Ons: Kogt laks m. dildsovs, kartofler, broccoli  
Tor: Kogt svinefilet i sur-sød sovs m. kartofler, gulerødder  
Fre: Grill medister m. varm kartoffelsalat, bønner  
Xtra1: Frikadeller af gris m. kryddersovs, kartofler, gulerodsstrimler  
Xtra2: Wokret uden kød m. vilde ris  
Xtra3: Colakylling m. skysovs, kartofler, majs

## Forretter / Desserter

- Lør: Dessert m. rabarber  
Søn: Fløderand m. saftsovs  
Man: Blomkålssuppe  
Tir: Jordbærkoldskål  
Ons: Blommegrød m. mælk  
Tor: Hjemmelavet is  
Fre: Stikkelsbærgrød 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 køkkenrådets hjemmeside: [www.koekkenomraadet.hjoerring.dk](http://www.koekkenomraadet.hjoerring.dk)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

## Periode 3.8.2024 – 9.8.2024

### Hovedretter

- Lør: Kotelet i hawaii-sovs (karry og ananas), ris, broccoli  
Søn: Revelsben m. skysovs, kartofler, ærter  
Man: Stegt kylling m. skysovs, kartofler, majs  
Tir: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, carotter  
Ons: Sprængt nakke m. lys sovs, kartofler, bønner  
Tor: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, rosenkål  
Fre: Amagergryde af gris m. kartofler, blomkål  
Xtra1: Hamburgerryg m. grønærter, kartofler  
Xtra2: Linseret uden kød m. peanutbutter og spinat, ris  
Xtra3: Chili con carne af okse m. ris, majs

### Forretter / Desserter

- Lør: Hjemmelavet yoghurt m. jordbær  
Søn: Blommekage  
Man: Tomatsuppe m. porre  
Tir: Æblesuppe m. tvebakker  
Ons: Kør om  
Tor: Rabarbergrød m. mælk  
Fre: Budding m. saftsovs  
Xtra: Jordbærgrød m. mælk

**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 10.8.2024 – 16.8.2024**

## Hovedretter

- Lør: Kyllingefilet i paprikasovs, kartofler, blomkål  
Søn: Grydestegt nakke m. skysovs, kartofler, rødkål  
Man: Farsbrød af gris og linser m. brun sovs, kartofler, bønner  
Tir: Fiskefrikadeller m. spæk, persillesovs, kartofler, broccoli  
Ons: Wienerkarbonade af gris m. brun sovs, kartofler, ærter  
Tor: Kødboller af gris i urtesovs, m. kartofler, carotter  
Fre: Karrygryde af gris m. ris, rosenkål  
Xtra1: Frikadeller af gris m. tomatsovs, kartofler, blomkål  
Xtra2: Pastaret m. hamburgerryg, peberfrugt, ærter  
Xtra3: Brændende kærlighed m. ærter

## Forretter / Desserter

- Lør: Solbærgrød m. mælk  
Søn: Citronfromage  
Man: Rødgrød m. mælk  
Tir: Koldskål m. kammerjunkere  
Ons: Peberfrugtsuppe  
Tor: Kærnemælkssuppe m. rosiner  
Fre: Kold jordbærsuppe m. tvebakker  
Xtra: Kartoffelkage

**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 17.8.2024 – 23.8.2024**

## Hovedretter

- Lør: Bøf i estragonsovs, kartofler, ærter  
Søn: Hamburgerryg m. aspargessovs, kartofler, rosenkål  
Man: Revelsben m. skysovs, kartofler, råkost: iceberg, ærter, majs  
Tir: Fiskeboller m. spæk i tomatsovs, kartofler, blomkål  
Ons: Skinkegullash m. kartoffelmos, gulerødder  
Tor: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, majs  
Fre: Kyllingefilet i pikantsovs, kartofler, bønner  
Xtra1: Linsegryde uden kød m. grøntsager, ris  
Xtra2: Pasta Carbonara af gris, ærter  
Xtra3: Tarteletter m. høns i asparges

## Forretter / Desserter

- Lør: Kærnemælksfromage m. saftsovs  
Søn: Hjemmelavet is m. jordbær  
Man: Blomkålssuppe  
Tir: Æblegrød m. mælk  
Ons: Kold rabarbersuppe m. tvebakker  
Tor: Kør om  
Fre: Ribsgrød m. mælk  
Xtra: Risengrød

**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 24.8.2024 – 30.8.2024**

## Hovedretter

- Lør: Karbonade af gris m. brun sovs, kartofler, majs  
Søn: Kalvesteg stegt som vildt m. vildtsovs, kartofler, parisercarotter  
Man: Karrykylling m. karrysovs, ris, broccoli  
Tir: Karolines søndagsgryde af gris m. kartoffelmos, blomkål  
Ons: Forloren pindsvin af gris m. brun sovs, kartofler, bønner  
Tor: Fylt sej m. skinke og ost m. urtesovs, kartofler, ærter  
Fre: Kødboller af gris i selleri m. kartofler  
Xtra1: Frikadeller af gris m. kryddersovs, kartofler, rosenkål  
Xtra2: Grill medister m. flødekartofler, råkost: gulerødder, ananas  
Xtra3: Chili sin carne uden kød m. ris, majs

## Forretter / Desserter

- Lør: Jordbærgrød m. mælk  
Søn: Hindbærfroage  
Man: Aspargessuppe m. kødboller  
Tir: Koldskål m. kammerjunkere  
Ons: Bygvandgrød m. rosiner, mælk  
Tor: Kærnemælkssuppe m. solbærmarmelade  
Fre: Rabarbergrød m. mælk  
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 31.8.2024 – 6.9.2024**

## Hovedretter

Lør: Sprængt nakke m. lys sovs, kartofler, bønner

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

Man: Grydestegt kylling m. skysovs, kartofler, majs

Tir: Kogt torsk i porrecreme, kartofler, rosenkål

Ons: Frikadeller af gris m. grønærter, kartofler

Tor: Paprikagryde m. gris og butterbeans m. kartoffelmos, broccoli

Fre: Farsbrød af gris m. grøntsager m. lys sovs m. dild, kartofler, ærter

Xtra1: Hjertehacis m. kartoffelmos, ærter

Xtra2: Dahl, rød linsegryde uden kød, ris

Xtra3: Rullesteg m. persille, skysovs, kartofler, gulerødder

## Forretter / Desserter

Lør: Kold solbærsuppe m. tvebakker

Søn: Chokolade mousse

Man: Peberfrugtsuppe

Tir: Blommegrød m. mælk

Ons: Hjemmelavet yoghurt m. rabarber

Tor: Kanelkage

Fre: Risengrød

Xtra: Koldskål m. kammerjunkere

**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 7.9.2024 – 13.9.2024**

## Hovedretter

Lør: Millionbøf m. linser m. kartoffelmos, carotter

Søn: Hamburgerryg m. aspargessovs, kartofler, bønner

Man: Stegt makrel m. persillesovs, kartofler, råkost: spidskål, æbler, p

Tir: Biksemad af okse og gris m. rosenkål

Ons: Kyllingefilet i karrysovs, ris, ærter

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

Fre: Kødboller af gris i sur-sød sovs m. kartofler, gulerødder

Xtra1: Krydderfrikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, blomkål

Xtra2: Torsk i fad i porre/pikantsovs, kartofler, broccoli

Xtra3: Pastaret m. hamburgerryg, peberfrugt, ærter

## Forretter / Desserter

Lør: Æblegrød m. mælk

Søn: Citronfromage

Man: Kør om

Tir: Champignonsuppe

Ons: Jordbærgrød m. mælk

Tor: Maizenagrød

Fre: Kold rabarbersuppe m. tvebakker

Xtra: Hjemmelavet yoghurt m. fersken

**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 14.9.2024 – 20.9.2024**

## Hovedretter

Lør: Baconruller af gris, m. rød skysovs, kartofler, gulerødder, porrer,

Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål

Man: Svensk pølseret af gris m. ærter

Tir: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, bønner

Ons: Kogt sej m. urtesovs, kartofler, gulerødder i strimler

Tor: Forloren hare af gris m. vildtsovs, kartofler, rosenkål

Fre: Amagergryde af gris m. kartofler, blomkål

Xtra1: Grøntsagsbix uden kød m. rosenkål

Xtra2: Marineret kyllingefilet m. skysovs, kartofler, blomkål

Xtra3: Pizza uden kød m. peberfrugt, ananas, champignon, ost, råkost:

## Forretter / Desserter

Lør: Dessert m. kirsebær

Søn: Ymerfromage m. jordbærsovs

Man: Karrysuppe

Tir: Solbærgrød m. mælk

Ons: Budding m. saftsovs

Tor: Øllebrød m. flødeskum

Fre: Hyldebærsuppe m. tvebakker

Xtra: Lakrids/ pærekage

**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 21.9.2024 – 27.9.2024**

## Hovedretter

Lør: Sprængt nakke m. stuvet spinat, kartofler

Søn: Kogt oksekød i sur-sød sovs, kartofler, bønner

Man: Karbonade af gris m. gulerod m. kryddersovs, kartofler, råkost: g

Tir: Fiskefrikadeller m. grøntsager og spæk, persillesovs, kartofler, b

Ons: Masala m. kikærter uden kød, perlebyg

Tor: Vendelbogyde af gris m. kartoffelmos, rosenkål

Fre: Karrykylling m. karrysovs, ris, ærter

Xtra1: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, broccoli

Xtra2: Grøntsagsgryde uden kød m. pasta, bønner

Xtra3: Æbleflæsk m. løgsovs, kartofler

## Forretter / Desserter

Lør: Stikkelsbærgrød m. mælk

Søn: Jordbærfromage

Man: Efterårsgrød m. mælk

Tir: Aspargessuppe m. kødboller

Ons: Chokomuffins m. sorte bønner

Tor: Hjemmelavet is

Fre: Hjemmelavet yoghurt m. rabarber

Xtra: Tarteletter m. hamburgerryg, ærter, gulerødder

**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 28.9.2024 – 4.10.2024**

## Hovedretter

Lør: Stegt fiskefilet m. persillesovs, kartofler, broccoli

Søn: Sprængt kam m. legeret sovs, kartofler, ærter, gulerødder, brocc

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

Tir: Gule ærter m. flæsk, medister

Ons: Fynsk gullash m. gris og kikærter, ris, rosenkål

Tor: Rullesteg m. svesker, skysovs, kartofler, rødkål

Fre: Kyllingefrikasse m. kartofler, ærter, gulerødder

Xtra1: Italiensk kødsovs m. okse og linser m. pasta, majs

Xtra2: Pøsemix m. kartoffelmos, ærter

Xtra3: Asiatisk grøntsagsgryde uden kød m. ris

## Forretter / Desserter

Lør: Rødgrød m. mælk

Søn: Kirsebær mousse

Man: Risengrød

Tir: Pandekager m. jordbærmarmelade

Ons: Bærfrugtsuppe m. tvebakker

Tor: Porresuppe

Fre: Ribsgrød m. mælk

Xtra: Juliennesuppe

**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)**