



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 okse og gris, m. rød skysovs, kartofler, gulerødder

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 med 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: Jordbærfroage

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 køkkenområdets 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)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

## Periode 5.10.2024 – 11.10.2024

### Hovedretter

Lør: Koteletter i fad m. peperonata, kartofler, blomkål

Søn: Stegt kamsteg m. timiansovs, kartofler, parisercarotter

Man: Kogt sej i pikantsovs, kartofler, rosenkål

Tir: Kødboller af gris i urtesovs, kartofler, gulerødder

Ons: Paprikakylling m. paprikasovs, kartofler, bønner

Tor: Karrygryde af gris m. ris, ærter

Fre: Blomkålskrebnet af gris m. brun sovs, kartofler, broccoli

Xtra1: Chili con carne af okse m. ris, majs

Xtra2: Brændende kærlighed m. bønner

Xtra3: Frikadeller af gris m. peberfrugtsovs, kartofler, råkost: kinakål, m

### Forretter / Desserter

Lør: Æblegrød m. mælk

Søn: Sherryfromage

Man: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Tir: Saftsuppe m. tvebakker

Ons: Peberfrugtsuppe

Tor: Rabarberggrød m. mælk

Fre: Æbleskiver m. jordbærmarmelade

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



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 12.10.2024 – 18.10.2024**

## Hovedretter

Lør: Grydestegt nakke m. skysovs, kartofler, bønner  
Søn: Bøf i champignonsovs, kartofler, pariser-carotter  
Man: Enebærgryde af gris m. kartoffelmos, rosenkål  
Tir: Hvidkålssuppe m. flæsk  
Ons: Marineret spegesild m. stuvet kartofler, gulerødder  
Tor: Kotelet i hawaii-sovs (karry og ananas), ris, ærter  
Fre: Stegt kylling m. skysovs, kartofler, majs  
Xtra1: Frikadeller af gris m. kryddersovs, timiankartofler, bønner  
Xtra2: Lasagne af okse m. majs  
Xtra3: Linseret uden kød m. peanutbutter og spinat, ris

## Forretter / Desserter

Lør: Efterårsgrød m. mælk  
Søn: Æblekage  
Man: Hyldebærsuppe m. tvebakker  
Tir: Pandekager m. jordbærmarmelade  
Ons: Kartoffelsuppe  
Tor: Blommegrød m. mælk  
Fre: Mannavælling  
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 19.10.2024 – 25.10.2024**

## Hovedretter

Lør: Karolines søndagsgryde af gris m. kartofler, rosenkål

Søn: Helstegt kamfilet m. skysovs, kartofler, rødkål

Man: Frikadeller af gris m. stuvet bønner, kartofler

Tir: Fylt sej m. skinke og ost m. persillesovs, kartofler, broccoli

Ons: Kyllingefilet i paprikasovs, ris, majs

Tor: Karbonade af gris m. gulerod m. kryddersovs, kartofler, gulerødc

Fre: Græsk farsbrød af gris m. brun sovs, kartofler, ærter

Xtra1: Kødboller af gris i urtesovs, kartofler, gulerødder

Xtra2: Sprængt nakke m. lys sovs, kartofler, broccoli

Xtra3: Pasta Carbonara af gris, ærter

## Forretter / Desserter

Lør: Solbærgrød m. mælk

Søn: Appelsinfromage

Man: Saftsuppe m. tvebakker

Tir: Hjemmelavet yoghurt m. fersken

Ons: Kirsebærgrød m. mælk

Tor: Risengrød

Fre: Karrysuppe

Xtra: Tomatsuppe m. porre

**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 26.10.2024 – 1.11.2024**

## Hovedretter

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

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

Man: Karrymarineret kyllingefilet i karrysovs, ris, råkost: hvidkål, ananas

Tir: Fiskefrikadeller m. spæk, porrecreme, kartofler, broccoli

Ons: Stegt medister m. varm kartoffelsalat, bønner

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

Fre: Skinkegullash m. kartofler, rosenkål

Xtra1: Frikadeller af gris m. tomatsovs, pasta, bønner

Xtra2: Gode ben m. skysovs, kartofler, gulerødder

Xtra3: Wokret uden kød m. vilde ris

## Forretter / Desserter

Lør: Rødgrød m. mælk

Søn: Moccafomage

Man: Klar suppe m. boller

Tir: Budding m. saftsovs

Ons: Risvandgrød m. rabarberkompot

Tor: Øllebrød m. flødeskum

Fre: Dessert m. jordbær

Xtra: Kartoffel-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 2.11.2024 – 8.11.2024**

## Hovedretter

Lør: Kogt torsk m. sennepssovs, kartofler, broccoli

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

Man: Karbonade af gris m. brun sovs, kartofler, råkost: rødbede, guler

Tir: Grønkålssuppe m. medister, flæsk

Ons: Kødboller af gris i karrysovs, ris, ærter

Tor: Vendelbogyde af gris m. kartoffelmos, bønner

Fre: Citronkylling m. skysovs, kartofler, majs, ærter, peberfrugt

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

Xtra2: Stegt sild m. persillesovs, kartofler, rosenkål

Xtra3: Lasagne af okse m. majs

## Forretter / Desserter

Lør: Rabarbergrød m. mælk

Søn: Hjemmelavet is m. kakao

Man: Kærnemælkssuppe m. rosiner

Tir: Æbleskiver m. jordbærmarmelade

Ons: Stikkelsbærgrød m. mælk

Tor: Æblesuppe m. tvebakker

Fre: Champignonsuppe

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 9.11.2024 – 15.11.2024**

## Hovedretter

Lør: Stegt flæsk m. persillesovs, kartofler, carotter

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

Man: Frikadeller af gris m. brun sovs, kartofler, råkost: gulerødder, anæ

Tir: Honningmarineret nakkekam m. skysovs, kartofler, rosenkål

Ons: Fiskekrebinetter m. spæk m. karrysovs, ris, broccoli

Tor: Gule ærter m. ben og medister

Fre: Kyllingefilet i sur-sødsovs, kartofler, ærter

Xtra1: Bøf i champignonsovs, kartofler, ærter

Xtra2: Kalkungryde m. kartoffelmos, gulerødder

Xtra3: Chili sin carne uden kød m. ris, majs

## Forretter / Desserter

Lør: Hindbærgrød m. mælk

Søn: Fløderand m. kirsebærsovs

Man: Tomatsuppe m. nudler

Tir: Mannagrød

Ons: Rabarbersuppe m. tvebakker

Tor: Hjemmelavet yoghurt m. fersken

Fre: Ribsgrød m. mælk

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



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 16.11.2024 – 22.11.2024**

## Hovedretter

Lør: Stegt sej m. persillesovs, kartofler, broccoli

Søn: Helstegt svinemørbrad m. champignonsovs, kartofler, ærter

Man: Glaseret baconsteg m. lys sovs, kartofler, gulerødder

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

Ons: Marineret kyllingefilet m. lys skysovs, kartofler, rosenkål

Tor: Stegt lever af gris i løgsovs, kartofler, blomkål

Fre: Kødboller af gris i urtesovs, m. kartofler, gulerødder

Xtra1: Hvidløgsfrikadeller af gris m. tomatsovs, stegte kartofler, råkost:

Xtra2: Pøsemix m. kartoffelmos, ærter

Xtra3: Linsegryde uden kød m. grøntsager, ris

## Forretter / Desserter

Lør: Blommegrød m. mælk

Søn: Jordbærfromage

Man: Karrysuppe

Tir: Hyldebærsuppe m. tvebakker

Ons: Øllebrød m. flødeskum

Tor: Kærnemælkssuppe m. solbærmarmelade

Fre: Rabarbergrød m. mælk

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)**



Hjørring Kommune

# Menuplan



Køkkenområdet

**Periode 23.11.2024 – 29.11.2024**

## Hovedretter

- Lør: Karbonade af gris m. gulerod m. kryddersovs, kartofler, bønner  
Søn: Sprængt kam m. aspargessovs, kartofler, blomkål, gulerødder, a  
Man: Grydestegt kylling m. skysovs, kartofler, majs  
Tir: Krydret nakke m. skysovs, kartofler, råkost: Hvidkål m. sesamma  
Ons: Kødboller af gris i karrysovs, ris, ærter  
Tor: Paprikagryde m. gris og butterbeans m. kartofler, rosenkål  
Fre: Fiskefrikadeller m. grøntsager og spæk, persillesovs, kartofler, æ  
Xtra1: Brændende kærlighed m. gulerødder  
Xtra2: Grøntsagsgryde uden kød m. perlebyg, bagte rødbeder  
Xtra3: Græsk farsbrød af gris m. brun sovs, krydderkartofler, ærter, ma

## Forretter / Desserter

- Lør: Hjemmelavet yoghurt m. rabarber  
Søn: Bondepige m. slør  
Man: Aspargessuppe m. kødboller  
Tir: Bygvandgrød m. rosiner, mælk  
Ons: Saftsuppe m. tvebakker  
Tor: Hjemmelavet is  
Fre: Jordbærgrød m. mælk  
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)**