



UGE 06
HOVEDRETTE

_____ **Mandag** _____

Chicken korma med kyllingekød, hakkede mandler, løg, hvidløg, ingefær, kokosmælk og tomat (indeholder mandler)

Gule jasmin ris toppet med sort sesam (VG)

_____ **Tirsdag** _____

Hakkebøffer i fad med bløde løg og brun sovs (1,2) (1 styk per person)

Små ristede kartofler (VG)

_____ **Onsdag** _____

Vikingegryde med masser af bacon, kyllingekød, grisekød, pølser, løg, hvidløg, fløde og tomat (1,2,G)

Kogte vilde ris (VG)

_____ **Torsdag** _____

Karbonade med stuede ærter og gulerødder (1,2,G)

Kogte kartofler med persille (VG)

_____ **Fredag** _____

Tandoori kylling marineret i yoghurt/tandoori marinade (2) (1 styk per person) Raita on the side (2,V)

Lun couscous salat med abrikos, forårsløg, bagt peberfrugt og krydderier (1,VG)

_____ **Ugens kage** _____

Kanelsnurre med perlesukker (1,2,3,5,V)

Vegansk, glutenfri og laktosefri kage

-

Ønsker du dagsmenu'en tilsendt på mail, så skriv til dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – Kompagniet skilter med allergener vist på følgende måde:

1 – Gluten 2 – Laktose 3 – Nød 4 – Fisk/skaldyr 5 – Æg G – Gris V – Vegetar VG – Vegan
Ønsker du info om yderligere allergener, kan du kontakte os på telefon: **28 97 98 17**



Frokost
- **Kompagniet**

UGE 06

VEGETAR RETTEN

Mandag

Korma med hakkede mandler, løg, hvidløg, ingefær, kokosmælk og tomat (VG) (indeholder mandler)

Gule jasmin ris toppet med sort sesam (VG)

Tirsdag

Shepherds pie med soyaprotein, løg, tomat, gulerødder i tern og bagt lun kartoffelmestop (2,V)

Små ristede kartofler (VG)

Onsdag

Dahl med revet gulerod, linser, løg og kokosmælk (VG)

Kogte vilde ris (VG)

Torsdag

Rødbedebof med stuede ærter og gulerødder (1,2,V)

Kogte kartofler med persille (VG)

Fredag

Vegan tandoori sheet pan med blomkål, knoldselleri, søde kartofler, rødløg og citron (VG)
Raita on the side (2,V)

Lun couscous salat med abrikos, forårsløg, bagt peberfrugt og krydderier (1,VG)

Ugens kage

Kanelnurre med perlesukker (1,2,3,5,V)

Vegansk, glutenfri og laktosefri kage

Ønsker du dagsmenu'en tilsendt på mail, så skriv til dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – Kompagniet skiltes med allergener vist på følgende måde:

1 – Gluten 2 – Laktose 3 – Nød 4 – Fisk/skaldyr 5 – Æg G – Gris V – Vegetar VG – Vegan

Ønsker du info om yderligere allergener, kan du kontakte os på telefon: **28 97 98 17**



Frokost
- Kompagniet

UGE 06

VEGANER RETTEN

_____ **Mandag** _____

Korma med hakkede mandler, løg, hvidløg, ingefær, kokosmælk og tomat (VG) (indeholder mandler)

Gule jasmin ris toppet med sort sesam (VG)

_____ **Tirsdag** _____

Shepherds pie med soyaprotein, løg, tomat, gulerødder i tern og bagt lun kartoffelmestop med plantesmør (VG)

Små ristede kartofler (VG)

_____ **Onsdag** _____

Dahl med revet gulerod, linser, løg og kokosmælk (VG)

Kogte vilde ris (VG)

_____ **Torsdag** _____

Rødbedebof med stuede ærter og gulerødder lavet med plantesmør og soyaføde (VG)

Kogte kartofler med persille (VG)

_____ **Fredag** _____

Vegan tandoori sheet pan med blomkål, knoldselleri, søde kartofler, rødløg og citron (VG)

Lun couscous salat med abrikos, forårsløg, bagt peberfrugt og krydderier (1, VG)

_____ **Ugens kage** _____

Kanelnurre med perlesukker (1,2,3,5,V)

Ønsker du dagsmenu'en tilsendt på mail, så skriv til dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – **Kompagniet** skiltes med allergener vist på følgende måde:

1 – Gluten 2 – Laktose 3 – Nød 4 – Fisk/skaldyr 5 – Æg G – Gris V – Vegetar VG – Vegan

Ønsker du info om yderligere allergener, kan du kontakte os på telefon: **28 97 98 17**



Frokost
- **Kompagniet**

UGE 06

HALAL RETTEN

_____ **Mandag** _____

Chicken korma med kyllingekød, hakkede mandler, løg, hvidløg, ingefær, kokosmælk og tomat (indeholder mandler)

Gule jasmin ris toppet med sort sesam (VG)

_____ **Tirsdag** _____

Hakkebøffer i fad med bløde løg og brun sovs (1,2) (1 styk per person)

Små ristede kartofler (VG)

_____ **Onsdag** _____

Dahl med kyllingekød, revet gulerod, linser, løg og kokosmælk

Kogte vilde ris (VG)

_____ **Torsdag** _____

Kalkunkarbonade med stuede ærter og gulerødder (1,2)

Kogte kartofler med persille (VG)

_____ **Fredag** _____

Tandoori kylling marineret i yoghurt/tandoori marinade (2) (1 styk per person) Raita on the side (2)

Lun couscous salat med abrikos, forårsløg, bagt peberfrugt og krydderier (1, VG)

Ugens kage

Kanelnurre med perlesukker (1,2,3,5,V)

Vegansk, glutenfri og laktosefri kage

–

Ønsker du dagsmenu'en tilsendt på mail, så skriv til dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – Kompagniet skilter med allergener vist på følgende måde:

1 – Gluten 2 – Laktose 3 – Nød 4 – Fisk/skaldyr 5 – Æg G – Gris V – Vegetar VG – Vegan

Ønsker du info om yderligere allergener, kan du kontakte os på telefon: **28 97 98 17**



WEEK 06
THE MAIN COURSE

_____ **Monday** _____

Chicken korma with chicken meat, chopped almonds, onion, garlic, ginger, coconut milk and tomato (contains almonds)

Yellow jasmine rice topped with black sesame (VG)

_____ **Tuesday** _____

Minced steaks in a dish with soft onions and brown sauce (1.2) (1 piece per person)

Small roasted potatoes (VG)

_____ **Wednesday** _____

Viking stew with lots of bacon, chicken meat, pork, sausages, onions, garlic, cream and tomato (1,2,G)

Cooked wild rice (VG)

_____ **Thursday** _____

Patty with stewed peas and carrots (1,2,G)

Boiled potatoes with parsley (VG)

_____ **Friday** _____

Tandoori kylling marineret i yoghurt/tandoori marinade (2) (1 styk per person) Raita on the side (2,V)

Warm couscous salad with apricot, spring onions, baked peppers and spices (1,VG)

_____ **Cake** _____

Cinnamon roll with granulated sugar (1,2,3,5,V)

Vegan, gluten-free and lactose-free cake

If you want the daily menu sent by email, write to dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – **Kompagniet** signs with allergens shown as follows:

1 – Gluten 2 – Lactose 3 – Nuts 4 – Fish/Seafood 5 – Egg G – Pork V – Vegetarian VG – Vegan
If you need info about additional allergens, you can contact us on telephone: **28 97 98 17**



Frokost
- **Kompagniet**

WEEK 06

VEGETARIAN DISH

Monday

Korrrua with chopped almonds, onion, garlic, ginger, coconut milk and tomato (VG)
(contains almonds)

Yellow jasmine rice topped with black sesame (VG)

Tuesday

Shepherd's pie with soy protein, onion, tomato, diced carrots and baked warm potato mash
(2,V)

Small roasted potatoes (VG)

Wednesday

Dahl with grated carrot, lentils, onion and coconut milk (VG)

Cooked wild rice (VG)

Thursday

Beetroot steak with stewed peas and carrots (1,2,V)

Boiled potatoes with parsley (VG)

Friday

Vegan tandoori sheet pan with cauliflower, celeriac, sweet potatoes, red onion and lemon
(VG) Raita on the side (2,V)

Warm couscous salad with apricot, spring onions, baked peppers and spices (1,VG)

Cake

Cinnamon roll with granulated sugar (1,2,3,5,V)

Vegan, gluten-free and lactose-free cake

If you want the daily menu sent by email, write to dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – **Kompagniet** signs with allergens shown as follows:

1 – Gluten 2 – Lactose 3 – Nuts 4 – Fish/Seafood 5 – Egg G – Pork V – Vegetarian VG – Vegan

If you need info about additional allergens, you can contact us on telephone: **28 97 98 17**



Frokost
- **Kompagniet**

WEEK 06

VEGAN DISH

_____ **Monday** _____

Korma with chopped almonds, onion, garlic, ginger, coconut milk and tomato (VG)
(contains almonds)

Yellow jasmine rice topped with black sesame (VG)

_____ **Tuesday** _____

Shepherd's pie with soy protein, onion, tomato, diced carrots and baked warm potato mash
with plant butter (VG)

Small roasted potatoes (VG)

_____ **Wednesday** _____

Dahl with grated carrot, lentils, onion and coconut milk (VG)

Cooked wild rice (VG)

_____ **Thursday** _____

Beetroot steak with stewed peas and carrots made with plant butter and soy cream (VG)

Boiled potatoes with parsley (VG)

_____ **Friday** _____

Vegan tandoori sheet pan with cauliflower, celeriac, sweet potatoes, red onion and lemon
(VG)

Warm couscous salad with apricot, spring onions, baked peppers and spices (1, VG)

_____ **Cake** _____

Cinnamon roll with granulated sugar (1,2,3,5,V)

Vegan, gluten-free and lactose-free cake

-

If you want the daily menu sent by email, write to dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost - Kompagniet signs with allergens shown as follows:

1 - Gluten 2 - Lactose 3 - Nuts 4 - Fish/Seafood 5 - Egg G - Pork V - Vegetarian VG - Vegan

If you need info about additional allergens, you can contact us on telephone: **28 97 98 17**



Frokost
- Kompagniet

WEEK 06

HALAL DISH

_____ **Monday** _____

Chicken korma with chicken meat, chopped almonds, onion, garlic, ginger, coconut milk and tomato (contains almonds)

Yellow jasmine rice topped with black sesame (VG)

_____ **Tuesday** _____

Minced steaks in a dish with soft onions and brown sauce (1.2) (1 piece per person)

Small roasted potatoes (VG)

_____ **Wednesday** _____

Dahl with chicken meat, grated carrot, lentils, onion and coconut milk

Cooked wild rice (VG)

_____ **Thursday** _____

Turkey patty with stewed peas and carrots (1,2)

Boiled potatoes with parsley (VG)

_____ **Friday** _____

Tandoori kylling marineret i yoghurt/tandoori marinade (2) (1 styk per person) Raita on the side (2)

Warm couscous salad with apricot, spring onions, baked peppers and spices (1, VG)

Cake

Cinnamon roll with granulated sugar (1,2,3,5,V)

Vegan, gluten-free and lactose-free cake

–

If you want the daily menu sent by email, write to dennis@frokost-kompagniet.dk

Frokost – Kompagniet signs with allergens shown as follows:

1 – Gluten 2 – Lactose 3 – Nuts 4 – Fish/Seafood 5 – Egg G – Pork V – Vegetarian VG – Vegan

If you need info about additional allergens, you can contact us on telephone: **28 97 98 17**