



## Blødkost

**Uge: 7**

**Mandag d. 09-02-2026 til Søndag d. 15-02-2026**

| Hovedret                                                                                   | For/efterret                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 1 <input type="checkbox"/> Indisk dhal med ris                                             | <input type="checkbox"/>                                |
| 2 <input type="checkbox"/> Bøf stroganoff m/ hakket oksekød, blomkål og mos                | <input type="checkbox"/> Henkogte æbler med makronfløde |
| 3 <input type="checkbox"/> Pandestegte frikadeller m/ stuvede hvidkål og kartofler         | <input type="checkbox"/> Klar suppe med urter og boller |
| 4 <input type="checkbox"/>                                                                 | <input type="checkbox"/> Gammeldags æblekage flødeskum  |
| 5 <input type="checkbox"/> Karbonade m/skysovs, kartofler og broccoli                      | <input type="checkbox"/>                                |
| 6 <input type="checkbox"/> Kyllingefrikadeller, skysovs, kartofler og sauterede grøntsager | <input type="checkbox"/> Risengrød m/ smør og kanel     |
| 7 <input type="checkbox"/> Hamburgerrygfarsbrød m/ lys sovs, broccoli og kartofler         | <input type="checkbox"/> Frugtgrød med flødeskum        |
| 8 <input type="checkbox"/> Boller i selleri med kartofler og gulerodsstrimler              | <input type="checkbox"/> Karrysuppe med ris og hønsekød |
| 9 <input type="checkbox"/> Dampet sej med hvidvinssovs, kartofler og gulerødder            | <input type="checkbox"/> Kakaosuppe med tvebakker       |
| 10 <input type="checkbox"/>                                                                | <input type="checkbox"/> Ymerfromage med saftsovs       |
| 11 <input type="checkbox"/> Hjertemillionbøf m/ kartoffelmos og broccoli                   | <input type="checkbox"/>                                |
| 12 <input type="checkbox"/>                                                                | <input type="checkbox"/>                                |

### Andet godt: Leveres ikke som blødkost

|                                                              |                                                        |                                                 |                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Chokolademuffins 3 stk. ej som diæt | <input type="checkbox"/> Protino citron-vanille 2,5 dl | <input type="checkbox"/>                        | <input type="checkbox"/>                                                                 |
| <input type="checkbox"/> Øllebrød til morgenmaden            | <input type="checkbox"/> Protino blåbær 2,5 dl         | <input type="checkbox"/> 1 glas øko agurkesalat | <input type="checkbox"/> Salat m/ Iceberg, gul peber, agurk, tomat m/ dressing (Ej diæt) |
| <input type="checkbox"/> Lille piskefløde                    | <input type="checkbox"/> Protino hindbær 2,5 dl        | <input type="checkbox"/> Kartoffelmos           | <input type="checkbox"/>                                                                 |

**Ret til ændringer forbeholdes**

**Vend >>>**

## Hilsen fra køkkenet



*Ha en dejlig dag*

## Håndmad (ej som diæt)

- |                                                                      |                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. Æg med mayonnaise<br>tomat og agurk      | <input type="checkbox"/> 4: Karrysild, æg , rødløg              |
| <input type="checkbox"/> 2: Rullepølse italiensksalat<br>tomat agurk | <input type="checkbox"/> 5: Hønsesalat, ananas,<br>tomat        |
| <input type="checkbox"/> 3: Kartoffel m/ mayonnaise,<br>bacon, tomat | <input type="checkbox"/> 6: Leverpostej med bacon og<br>rødbede |

Vend >>>