

Træningscenter Gladsaxes menu september 2019

Dato	Ugedag	Hovedret kr. 47,-	Biret kr. 13,-	Lun ret kr. 24,-
1	Søndag	Nakkekam stegt som vildt med vildt-sauce, kartofler, grønt-symfoni og asier	Kirsebærdessert	
2	Mandag	Krebinet med stuvet sommerkål og kartofler	Ananas med råcreme	Sandwich med kylling og parmaskinke og råkost
3	Tirsdag	Fyldt rødspætte med hollandaise-sauce, kartofler og broccoli	Koldskål med kammerjunkere	Skinkeomeletter med råkost og rugbrød
4	Onsdag	Porretærte med kogt skinke, salat og kold krydderurtesauce	Solbærsuppe med flødeskum	Stegt fiskefilet med grønsagsremoulade, citron og rugbrød
5	Torsdag	Stegt kalvelever med stegte bløde løg, løgsauce, kartofler og ratatouille	Ribsmousse på kiksebund	Chili con carne med brød og salat
6	Fredag	Meunierestegt ising med reje-aspargessauce, kartofler og kløvet gulerodsmix	Sagorand med kirsebærsauce	Kylling i basilikumcreme og råkost
7	Lørdag	Gullasch med kartoffelmos og rødbeder	Bagt æbledessert med flødeskum	
8	Søndag	Mørbradbøffer i fad med champignonsauce, kartofler og euromix	Pærer Belle Helene	
9	Mandag	Bøf Lindstrøm med løgsauce, kartofler, grønsagsblanding og rødbeder	Stikkelsbærgrød med mælk	Spinatlasagne og råkost
10	Tirsdag	Husarsteg med sauce, stegte kartofler og fennikelsalat	Rødgrød surprice	Frikadeller med bagte rødbeder som salat og rugbrød

Træningscenter Gladsaxes menu september 2019

Dato	Ugedag	Hovedret kr. 47,-	Biret kr. 13,-	Lun ret kr. 24,-
11	Onsdag	Kogt laks med hollandaisesauce, kartofler og broccoli	Yoghurtrand med abrikoser	Tarteletter med høns i asparges ELLER Urtemarineret roastbeef med kold kartoffelsalat
12	Torsdag	Kogt høne med aspargessauce, kartofler og kroblanding	Hønssekødsuppe med boller og urter	Mørbrad med æble samt perlebygotto
13	Fredag	Skipperlabskovs med persille, smør, rugbrød og rødbeder	Abrikosdrøm	Rejecocktail med flute
14	Lørdag	Stegt svinekam med krydderurter, sauce, stegte kartofler og mormor salat	Is med hindbærsauce og vafler	
15	Søndag	Benløse fugle med kartofler, romanescosymfoni og tyttebær	Svesketrifli	
16	Mandag	Hakkebøf med bløde løg, løgsauce, kartofler og ratatouille	Pærer med karamelskum	Grønne falafler med salat, chilisauce, yoghurt og brød
17	Tirsdag	Wokret med kylling, sauce, løse ris eller kartofler	Rødgrød med mælk	Burritos med hakket oksekød samt råkost
18	Onsdag	Sprængt oksespidsbryst med pikantsauce, kartofler og blomkålsblanding	Tomatsuppe med nudler	Kold fiskeanretning med rejer og flute
19	Torsdag	Kogt torsk med sennepssauce, kartofler og gulerodsmix	Jordbærdessert	Æggekage med skinke, rugbrød og råkost
20	Fredag	Forloren hare med vildtsauce, kartofler, stegte rodfrugter og tyttebær	Ferskner med mascarponecreme	Musaka med spidskålstzatziki
21	Lørdag	Kogt hamburgerryg med grønlangkål og kartofler	Hybensuppe med flødeskum	

Træningscenter Gladsaxes menu september 2019

Dato	Ugedag	Hovedret kr. 47,-	Biret kr. 13,-	Lun ret kr. 24,-
22	Søndag	Kalvesteg med sauce, kartofler og broccoliblanding	Appelsinfromage	
23	Mandag	Stegt rødspætte med persillesauce, kartofler og gulerodsråkost	Kærnemælkssuppe med rosiner	Flute med skinke, tomat og ost samt råkost
24	Tirsdag	Bankekød med urtemos og asier	Eksotisk frugt med yoghurtcreme	Fiskesuppe med laks, rouille og flute
25	Onsdag	Kogt kalvekød med dildsauce, kartofler og marineret grønt	Grøn suppe med squash og ærter	Tunmousse med flute og salat
26	Torsdag	Mørbradgryde med kartofler og grøn salat	Blommekompot med flødeskum	Lasagne med råkost
27	Fredag	Meunierestegt sejfilet med hollandaisesauce, kartofler og euro-mix	Kaffefromage	Krydrede oksekødsfrikadeller med marokkanske gulerødder og brød
28	Lørdag	Stegt medister med sauce, kartofler og rødkål	Hindbærdessert	
29	Søndag	Glaseret skinke med flødekartofler og buketblanding	Abrikoser og svesker med råcreme	
30	Mandag	Paneret flæsk med persillesauce, kartofler og gulerodsmix	Hyldebærsuppe med æbler og tvebakker	Urtefarseret fisk og italiensk hvedesalat

Åbningstider:

Mandag - torsdag	10.00 - 14.30
Fredag	10.00 - 14.00
Lørdag	10.30 - 13.30
Søndag	10.30 - 14.00

Varm mad:

11.00 - 14.00
11.00 - 13.30
11.00 - 13.00
11.00 - 14.00

Venlig hilsen, Økonoma Bente M. Clausen

Kun for pensionister i Gladsaxe kommune

Køkkenet forbeholder sig ret til at ændre i menuplanen.