

MEYERS  
FROKOST  
KØKKEN

# PORTIONS- PAKKET



## SKRÆDDERSY JERES FROKOST

At lave mad til de samme mennesker hver dag er en udfordring, vi i årevis har øvet os på. Det skal nemlig ikke kun være et velsmagende måltid, der venter i kantinen; det skal også være en varieret og inspirerende oplevelse, der vækker sanserne og tilgodeser netop dine drømme om den bedste frokost.

Som noget nyt tilbyder vi derfor en skræddersyet frokostløsning, hvor vi på bedste vis kan imødekomme de forskellige ønsker og madvaner, I hver især har på kontoret. Ugens frokost vælger I a la carte, så I kan glæde jer til præcis den frokost, I har mest lyst til, ligesom kollegaen, chefen og alle de andre på kontoret kan udse sig netop deres favoritter.

Vi portionsanretter dagens menu, så det er nemt at fordele mellem jer og tage med til bords eller ud i solen.

Hver uge vil I på menuen møde et varieret udvalg af sprøde, mættende salater med grønne proteiner og årstidens grøntsager, saftige sandwich med forskelligt fyld, opdaterede

versioner fra den danske smørrebrødsseddel og varme livretter, som vi kender og elsker dem.

Med den portionspakkede frokost kan vi ikke kun forbedre spiseoplevelsen og variationen hos jer, vi går også et skridt i retning mod en mere bæredygtig frokost, hvor vi kan minimere det madspild, der er uundgåeligt på den klassiske buffet, ligesom vi kan skabe tryghed i forhold til mulig smittefare.

Som altid har vores kokke grydeskeen dybt nede i de grønne gryder og kigger gerne udover vores landegrænser for at søge inspiration fra verdens store køkkener. Uanset, om I vælger spidskålsalat, stroganoff eller sildemad kan I være sikre på, at retterne er lavet helt fra bunden af de råvarer, som sæsonen kaster af sig netop nu.

I vælger dét, I har mest lyst til fra uge til uge og kan nemt og hel enkelt sammensætte jeres frokost efter ønske via vores online kundeportal.



### MENU

- DAGENS VARME RET / med kød/fjerkræ
- DAGENS VARME RET / vegetar
- DAGENS VARME RET / vegansk
- DAGENS VARME RET / gluten- og laktosefri
  
- DAGENS SANDWICH / med kød/fjerkræ
- DAGENS SANDWICH / vegetar
  
- DAGENS SALAT / med kød/fjerkræ
- DAGENS SALAT / vegetar
- DAGENS SALAT / gluten- og laktosefri
  
- UGENS HÅNDMADDER / med kød/fjerkræ/fisk
- UGENS HÅNDMADDER / vegansk

## EKSEMPEL PÅ EN DAG MED PORTIONSPAKKET FROKOST

Hver dag kan I hver især vælge mellem DAGENS VARME RET, DAGENS SALAT eller DAGENS SANDWICH. Der vil altid være et vegetarisk og vegansk alternativ og en ret uden gluten og laktose.

Hver onsdag får I dagens friske shot og hver torsdag serverer vi kage.

### DAGENS VARME RET

- Langtidsstegt gris med citron- og rosmarinsauce, pasta parmiggiana, aubergine og squash
- Langtidsstegt gris med citron- og rosmarinsauce, pasta parmiggiana, aubergine og squash **L G**
- Vegetarlasagne med tomat, aubergine og squash, toppet med urter og mozzarella **V**
- Vegansk lasagne med tomat, aubergine og squash **V**

#### Tilbehør til varm ret

- Grøn salat med oliven og oregano.  
Hertil kartoffelbrød

### DAGENS SANDWICH

- Kyllingesalat med syltede agurker og sprød kål
- Aubergine med parmesancreme og bagte tomater **V**

#### Tilbehør til sandwich

- Broccolicrudité og hjertesalat med viniagrette og urter

### DAGENS SALATER

- Okseespidsbryst med flækærter, broccoli, rødbeder, persille og hjertesalat i mormordressing
- Okseespidsbryst med flækærter, broccoli, rødbeder, persille og hjertesalat i viniagrette **L G**
- Hvid bønnehumus med flækærter, broccoli, rødbeder, persille og hjertesalat i mormordressing **V**

#### Tilbehør til salater

- Ølandshvedebolle

**V** vegetar

**V** vegansk **L** laktosefri **G** glutenfri

## HÅNDMADDER PÅ MENUEN

Én dag om ugen kan I vælge at fylde frokostbordene med håndmadder. Her får friskbagt rugbrød selskab af udvalgte delikatesser, årstidernes grøntsager, syrlige sager og sprøde toppings.

Hver uge serverer vi fire forskellige håndmadder - to med fisk, fjerkræ eller kød og to, der er veganske. Hertil serveres en salat.

Herunder kan I se et eksempel på, hvad I kan glæde jer til, hvis I tilføjer en dag med håndmadder:

### DE KLASSISKE


- Salat af røget makrel med radiser, agurk og dild
- Roastbeef med grov pickles, peberrod og karse

### DE VEGANSKE **V**

- Kartoffelmad med citroncreme, radiser, rødløg og dild
- Grøn sommersalat med asparges, ærter, agurk og karse

#### Sidesalat

- Hjertesalat med grønne bønner, kørvel og sennepsvinaigrette



”Den portionsanrettede frokost har sikret, at alle vores ansatte kan få frokost, når det passer ind i deres arbejdsdag, og ikke kun ”når buffeten er åben”. Løsningen passer perfekt ind i en dynamisk arbejdsdag, og det er skønt at kunne samles om måltidet i flere forskellige omgivelser”

MARIE LOUISE, INVISIO

”Velsmagende og lækker mad, der følger alle de forholdsregler vi skal tage for at overholde sikkerheden”

NINNA, HJALTELIN STAHL

”Frokosten er super let at gøre klar, og der er ingen tunge fade, der skal pakkes op og ned i termokasser. Der er stor variation i retterne og hele huset er blevet så glade for den portionspakket frokost, at vi fremadrettet ønsker denne løsning”

JOAN, ARKITEMA ARCHITECTS

## PRIS OG TRANSPORT

12-20 kuverter:	59,00 kr.
21-40 kuverter:	57,00 kr.
+ 41 kuverter:	55,00 kr.

Dertil kommer transportomkostninger, der afhænger dels af antal kuverter og dels af adgangsforhold på jeres adresse.

Man kommer ikke uden om, at portionspakket frokost kræver mere emballage, end mad serveret på fade ved en buffet. Heldigvis kan vi i dag gøre meget for at pakke og servere jeres frokost i bæredygtigt materiale.

Vi samarbejder med PLANT2PLAST, der har specialiseret sig i at udvikle bionedbrydeligt og miljøvenligt emballage, hvor tallerkner, æsker og skåle bliver lavet af majsstivelse, også kaldet bioplast eller sukkerrørsfibre, der er et restprodukt ved sukkerproduktion. På den måde kan vi nedbringe forbruget af almindeligt plastik og i stedet glæde os over miljøvenlig emballage, som er fremstillet uden giftige kemikalier og som kan bortskaffes i kompostbunken.

---

# MEYERS FROKOST KØKKEN

---

## KONTAKT

Meyers Frokostkøkken  
Kattegatvej 53  
2150 Nordhavn

Tlf: 39 18 69 00  
[frokost@meyers.dk](mailto:frokost@meyers.dk)

