

## MADPLAN FOR OKTOBER

- Søndag 1. **Fryser sur Price (rester fra fryseren)**
- Mandag 2. **Flæskesteg med kartofler, brun sovs og rødkål**
- Tirsdag 3. **Chilli con carne med ris og salat**
- Onsdag 4. **Kylling i karry m ris og blandet salat**
- Torsdag 5. **Kartoffelsuppe**
- Fredag 6. **Dampet torsk med rodfrugter**
- Lørdag 7. **Smørrebrød**
- Søndag 8. **Gullash med kartofelmos**
- Mandag 9. **Fryser sur Price (rester fra fryseren)**
- Tirsdag 10. **Frikadeller med kartofler og rødkål**
- Onsdag 11. **Bulgursalat med kylling**
- Torsdag 12. **Hakkebøf med spejlæg og kartofler**
- Fredag 13. **Lasagne med råkost**
- Lørdag 14. **Wienerschnitzel med kartofler, kapers og dreng**
- Søndag 15. **Karbonader med kartofler, ærter og gulerødder**
- Mandag 16. **Porrertærte**
- Tirsdag 17. **Kylling i ovn m spidskål og kartofler**
- Onsdag 18. **Tomatsuppe med brød**
- Torsdag 19. **Spaghetti m kødsovs m grønne bønner**
- Fredag 20. **Fiskefileter m bådkartofler og blomkål**
- Lørdag 21. **Skinke med flødekartofler og gulerodsalat**
- Søndag 22. **Tarteletter med høns og asparges**
- Mandag 23. **Stegt flæsk med kartofler og persillesovs**
- Tirsdag 24. **Franskehotdogs med alm pølser og kylligpølser**
- Onsdag 25. **Laks med kartofler, hollandaise sauce og gulerødder**
- Torsdag 26. **Kebab med rodfrugtfritter**
- Fredag 27. **Kartoffelsuppe**
- Lørdag 28. **Æggekage med rugbrød, bacon og blandet grøn salat**
- Søndag 29. **Pizza udefra**
- Mandag 30. **Vindaloo med ris**
- Tirsdag 31. **Madpandekager**