



gastronomi expressen

FROKOSTEN UGERNE 25-32 2025

UGE 25

Mandag d.16.6

Stegt krydret kylling med porrer og peberfrugt samt frisk koriander, hertil basmati ris med sesam, lys soya og chiliolie

Vegetar: Sprøde filo ruller med kartofler, porrer, peberfrugt og frisk koriander

Tirsdag d. 17.6

Porchetta stegt med timian, hertil pasta tagliatelle, krydret tomatsauce, kikærtesalat samt komponeret salat

Vegetar: Blomkålsrisotto med estragon, kikærtesalat samt komponeret salat

Onsdag d. 18.6

Devils turkey, light coleslaw, nye kartofler samt yoghurt dip, tomatbrød og linsesalat

Vegetar: Fyldte portobello med hvide bønner, urter og parmesan

Torsdag d.19.6

Grøn aspargessuppe med ærter og grønne asparges samt mynte

Vegetar: samme

Kagen: jordbær brunsviger

Fredag d. 20.6

Wok med tofu, grøntsager, lune nudler og spicy sauce, hertil melonsalat med mynte, kålsalat og sprødt brød

Veg: samme



gastronomi expressen

Uge 26

Mandag d.23.6

Stegt kyllingebryst med salat af nye kartofler, grov sennep og estragon, hertil spinatsalat med ristede kerner og courgetter, groft brød og olivenolie

Vegetar: marineret stegt haloomi med samme garniture

Tirsdag d 24.6

Klassiske kalvefrikadeller med hjemmesyltede agurker, nye kartofler, stuvet spidskål, fyldig grøn salat og groft brød

Vegetar: Urtedeller med samme tilbehør

Onsdag d. 25.6

Mørksej og urter i souffle, spidskålsalat og surbrød

Veg: Store tærter med nye porrer og gruyere. spidskålsalat og surbrød

Torsdag d.26.6

Peberstegt skinkesteg med nye kartofler, yoghurt og radiser, spidskålsalat med æbler og mandler, groft brød

Vegetar: Samosa med grøntsager og dip, spidskålsalat med æbler og mandler, groft brød

Det søde: jordbærfromage med karameliserede mandler på toppen.

Fredag d. 27.6

Grøntsagslasagne med tomat-feta salat og groft brød samt chili-tomatolie

Til alle



gastronomi expressen

Uge 27

Mandag d. 30.6

Medailloner af helstegt svinemørbrad med sommergrønt, spidskommen – rød karry – citrongræs, Basmati ris – kokosflakes – sultanas, krydret tomat-kokos sauce – kardemomme brød

Vegetar: Daal med samme garni

Tirsdag d. 1.7

Rosa stegt dansk kalv, dampet sommerkål med dild emulsion
Nye kartofler med grov sennep og forårsløg, komponeret salat
brød med timian og oliven

Vegetar: Lun tærte med sommergrøntsager og gruyere

Onsdag d.2.7

Gazpacho med hvidløgsbrød, tomatgarniture

Kagen: hindbær muffin med glasur og citronmelisse

Vegetar: Samme

Torsdag d.3.7

Ceviche og tataki af tun med rejecrackers, wasabi mayo samt crudité, tangsalat og chilibrød

Vegetar: Sprød filotærte med spicy svampe og porrer, samme tilbehør

Fredag d. 4.7

Buffet gigante – elegante – med lunt til alle



gastronomi expressen

Uge 28

Mandag d. 7.7

Pasta tagliatelle – ristet bacon – cremesauce – bagte tomater-

Komponeret salat – surdejsbrød - olivenolie

Vegetar: Pasta tagliatelle - Svampe og karotter - cremesauce – bagte tomater--
surdejsbrød - olivenolie

Tirsdag d. 8.7

Kylling overlår med tomat og sød chili, nye kartofler bagt med sommerløg og courgetter, grøn salat og surdejsbrød

Vegetar: Bønnecassoulet med tomat, ellers samme tilbehør.

Onsdag d. 9.7

Kinesisk spicy ramen med soya , nudler , urter og andekød

Drømmekage – jordbær-mynte salat

Vegetar: Vegetarisk udgave.

Torsdag d.10.7

Leg med fisken – kolde og varme genistreger

Vegetar: Risotto med sommergrøntsager og en anelse trøffelolie.

Fredag d. 11.7

Fredags bolognese, grøn salat med olie/eddike, tagliatelle pasta

Friskrevet parmesan, heinz og lækkert brød

Vegetar: en vegetarisk bolognese



gastronomi expressen

UGE 29

Mandag d.14.7

Sprødstegt gris – grøntsags fricassé – nye danske kartofler – sprøde grønne salater – persillevinaigrettes - surdejsbrød

Vegetar: Sprøde ruller med gedeost og soltørrede tomater

Tirsdag d. 15.7

Hakkebøf med krydderurte creme fraiche, nye danske kartofler med persille og havsalt, komponeret salat og friskbagt brød

Vegetar: Linsekrebinet med krydderurte creme fraiche, nye danske kartofler med persille og havsalt, komponeret salat og friskbagt brød

Onsdag d. 16.7

Braiseret kylling , cous cous med lime og krydderurter

Auberginedip med grøntsticks samt tomatsalsa.

Koldskål med jordbær og junkere

Vegetar: Grøntsags-"tagine" med samme tilbehør

Torsdag d. 17.7

Buffet med groft brød og lune ideer.... Til alle

Fredag d. 18.7

Vitello tonnato - salat af nye kartofler med estragon – salat romaine med grillede Bell peber – hasselnøddebrød - tomatpesto

Vegetar: Grøntsags-"carpaccio" med samme tilbehør

Vandmelon og jordbær til alle.



gastromoni expressen

Uge 30

Mandag d. 21.7

Varm nudelsalat med tigerrejer og stegte grøntsager, sød chutney og kålsalat, surdejsbrød

Vegetar: Varm nudelsalat med tofu og stegte grøntsager, sød chutney og kålsalat, surdejsbrød, tofu

Tirsdag d. 22.7

boller i grøn karry og kokos med grønne grøntsager, løse ris og mynteyoghurt med tomat, naanbrød

Vegetar: Grøntsagscurry og kokos med grønne grøntsager, løse ris og mynteyoghurt med tomat, naanbrød

Onsdag d.23.7

Sprødstegt mørksejfilet med remo, citron og nye kartofler som salat, fennikelsalat med sennepsdressing samt surdejsbrød.

Vegetar: marinerede stegte auberginer med remo, citron og nye kartofler som salat, fennikelsalat med sennepsdressing samt surdejsbrød.

Torsdag d.24.7

Tapas med diverse småretter , klassiske udgaver

Vegetarer: vegetariske tapas

Kage: Mazarin med vanillecreme og sommerbær

Fredag d. 25.7

US burger, bacon and cheese, diverse tilbehør

Vegetar: Vegetarisk udgave



gastronomi expressen

Uge 31

Mandag d. 28.7

Kalkunchunks nye kartofler med smør og persille, ærter med perleløg, fyldig grøn salat samt surdejsbrød

Vegetar: Kartoffeltærte med fennikel og dild, persille, ærter med perleløg, fyldig grøn salat samt surdejsbrød

Tirsdag d. 29.7

Kylling med ingefær, spidskommen og tomat, cous cous med dadler og citron

Vegetar: Bønnecassoulet, ellers samme.

Onsdag d. 30.7

Hakkebøf med pisket urtesmør, nye kartofler, sommergrønt og fyldig salat

Dessert: hindbærmuffin med glasur

Vegetar: Kikærtebøf med pisket urtesmør, nye kartofler, sommergrønt og fyldig salat

Torsdag d. 31.7

Laksedeller med grøntsager med kold urtesauce og bitre salater

Fransk kartoffelsalat og citroner

Vegetar: Sprøde filoruller med fyld, med kold urtesauce og bitre salater

Fransk kartoffelsalat og citroner

Kage: Chokoladebrownie med jordnødder og bær.

Fredag d. 1.8

Flæskestegs sandwich, råsyltet rødkål, agurker i sur/sød vanillelage

Vegetar: Vegetariske sliders, salater



gastronomi expressen

Uge 32

Mandag d. 4.8

Pasta al arrabiata, hvidløgsbrød, bagte urter med parmesan

Vegetar: samme.

Tirsdag d. 5.8

Landgris serveret med stegt spidskål med citron og mandler. Hertil romanesco sauce og små nye kartofler samt surdejsbrød.

Vegetar: Linsedeller med nye porrer i lun vinaigrettes, stegt spidskål med citron og mandler. Hertil romanesco sauce og små nye kartofler samt surdejsbrød

Onsdag d. 6.8

Bagt torsk i fad, med grøntsagsfrikasse, ristede kartofler samt urteolie, hertil groft brød.

Vegetar: Hvide bønner med grøntsagsfrikasse, ristede kartofler samt urteolie, hertil groft brød.

Torsdag d.7.8

Stegt kyllingebryst med stegte blomkål, cremekartofler og kålsalat

Vegetar: Saltbagt knoldselleri med stegte blomkål, cremekartofler og kålsalat

Kagen: Blommetrifli

Fredag d. 8.8

Stor men let buffet med lunt og groft. Til alle