



MAD
TIL HVER
DAG

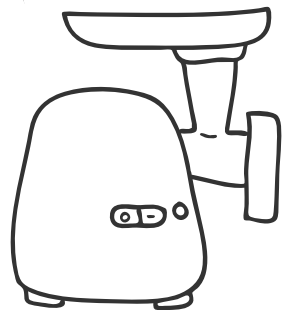
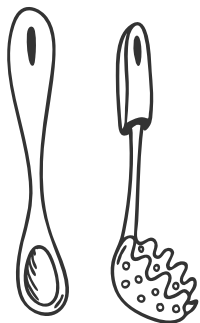
GOD MAD HELE LIVET

Mad tilberedt med stolthed af gode råvarer



Velkommen	4
Om køkkenet	7
Vores mad	8
Maden leveres kold	11
Vores tilbud	12
Hovedretter	12
Biretter	15
Tilbehør	15
Forskellige behov	16
Sådan fungerer madordningen	18
Når det er spisetid	19
Sæt dit eget præg på måltidet	20
Kontaktoplysninger	22





Velkommen til MAD til hver DAG

”**Alle fortjener god mad hver dag** – også når de ikke længere selv kan lave den.”

Det er vores motto og selve grundtanken bag køkkenet MAD til hver DAG. Vi er en madservice, der gør det nemt og bekvemt for dig at bestille mad og få den leveret lige til døren.

Hos os finder du et stort udvalg af gode og velsmagende forretter, hovedretter, desserter, smørrebrød og meget andet.

Det vigtigste for os er, at du kan føle dig tryk og få god mad hver dag.





Om køkkenet

Køkkenet **MAD til hver DAG** blev grundlagt i 2009 og ligger på Lokesvej i Hillerød. Køkkenet ejes og drives som et samarbejde mellem flere kommuner. Vi leverer smagsfulde mad - og måltidsoplevelser med den rette ernæring til kommunernes ældre borgere i eget hjem samt på plejecentrene.

I køkkenet arbejder ca. 60 dedikerede medarbejdere med mange forskellige opgaver fra administration til produktion, pakning og udbringning af maden i køkkenets egne kølebiler.

Vi prioriterer høj faglig stolthed, arbejdsglæde og levering af daglige måltider, der vækker appetit.

Vi tager ansvar for klimaet

Som virksomhed tager vi ansvar for at passe på klimaet. Vi arbejder løbende på at indføre bæredygtige tiltag og klimavenlige valg.

- Vores mad er lavet af adskillige økologiske råvarer, og vi arbejder løbende på at øge andelen.
- Vi tager ansvar for, hvordan vores

kødforbrug påvirker dyrevelfærden.

- Vores lastbiler kører efter nøje planlagte ruter, for mindst mulig Co2 udledning.
- Emballagen til maden er fremstillet af 80% genbrugsplast. Du kan hjælpe os med klimaindsatsen, ved at sortere bakkerne som plast-affald.

Vores mad

Madlavning er både et traditionsrigt håndværk, og et vigtigt grundlag for sundhed og livskvalitet. Hver dag gør alle vores køkkenfaglige medarbejdere deres bedste for, at kvaliteten af maden altid er helt i top.

Vi afprøver både gamle og nye opskrifter, tilsmager maden grundigt og justerer retten, indtil smagen er god.

Vi har en stor kærlighed til det klassiske danske køkken, både det salte og det søde, men vi tilføjer også løbende nye bæredygtige og grønnere retter til menukortet.

Hver morgen får vi leveret friske råvarer til dagens produktion. Maden tilberedes fra bunden og efter traditionelle metoder, som du kender fra dit eget køkken. Den eneste forskel er, at vores gryder, stegepander og ovne er meget større end dine.

Vi har stor respekt for vores kunders ønsker og behov. Hvis maden ikke bliver spist, gør den ingen ernæringsmæssig gavn. Derfor foretager vi jævnligt spørgeskemaundersøgelser, hvor vi spørger vores kunder, om de er tilfredse med maden. Vi har også et uvildigt smagspanel, som flere gange årligt mødes for at smage og bedømme de forskellige retter.





Maden leveres kold

Maden, du får fra køkkenet, følger anbefalingerne fra de officielle kostråd.

Når maden er færdigtilberedt, bliver den hurtigt kølet ned og pakket i portionsbakker næsten uden indhold af ilt (samme metode som bruges til pålæg og kød i supermarkederne). Maden holdes konstant på køl hele vejen fra køkkenet til dit køleskab. Pakkemetoden og den ubrudte kølekæde sikrer, at maden bevarer sit indhold af vitaminer, holder sig frisk og beholder sin gode smag, indtil du skal spise den.



Vores tilbud

Hver uge er der en ny og varieret menuplan med hensynstagen til sæsonen, bestående af 14 hovedretter og 11 biretter (forretter/ desserter).

Hovedretter

Vores hovedretter er en blanding af traditionelle danske retter og nyere retter med inspiration fra andre madkulturer. Hver uge er der retter med fjerkræ, fisk, oksekød, grisekød, indmad og vegetariske retter på menuen. Der er også mulighed for at bestille mad, der understøtter en særlig højtid.





Vores tilbud

Biretter

Biretter er vores navn for små retter, du kan spise som forret, mellemmåltid, frokostret eller dessert. Udvalget varierer fra uge til uge, og består af forskellige slags suppe, fromage, frugtgrød, kage, øllebrød mv. - der er altid mange at vælge mellem.

Har du ikke så meget appetit, er biretter en god måde at få næring fra, da de er anrettet i appetitvækkende mindre portionsbakker, lige til at spise.

Tilbehør til hovedretterne

På bagsiden af hver uges menuseddel finder du en liste over forskelligt tilbehør til hovedmåltiderne, som du kan vælge som tilbehør. Her kan du fx bestille kartoffelmos, smørrebrød, råkost og proteindrik mm.

De gældende priser på både hovedretter, biretter og tilbehør kan du få oplyst af kommunen.

Mad til forskellige behov

Når vi bliver ældre, kan vi få brug for en særlig kost i kortere eller længere perioder, det har vi også en løsning på. I samråd med kommunens visitation, kan du få bevilget en særlig diæt, som passer til dine behov. Her er vores særlige tilbud:

Kost med modificeret konsistens

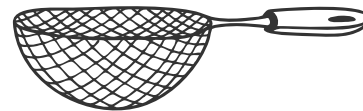
Blød kost: Maden er i blød konsistens uden stegeskorpe, der let kan moses og tygges. Der kræves næsten normal tygge-synke funktion.

Gratinkost: Alle råvarer er fine og ensartet pureret, konsistensen er blød og ensartet. Der kræves stadig nogen grad af tygge-synke funktion.

Cremet kost: Alle råvarer er pureret til en tyk, cremet sammenhængende konsistens, uden dog at flyde ud på tallerkenen. Til dig med meget begrænset tygge-synke funktion.

Særlig diæt

Lægeordnede diæter til dig, der fx ikke tåler gluten, laktose eller andet.



Nedsat appetit

Energi- og proteinrig kost: er mad i små portioner, så du kan få dækket dit energibehov, selvom du ikke har den store appetit. Der følger altid en forret/dessert med, når der bestilles en hovedret.

Sådan fungerer madordningen

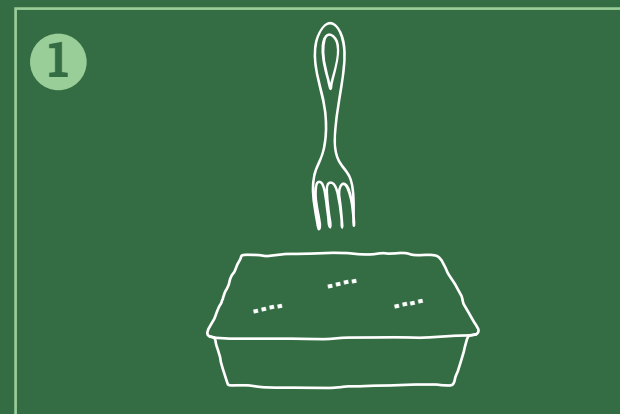
MAD til hver DAG modtager besked fra visitationen. Første levering vil være den førstkomende ugentlige leveringsdag.

De første 3 uger vælger vi dine menuer for dig, så du kommer trygt og godt i gang.

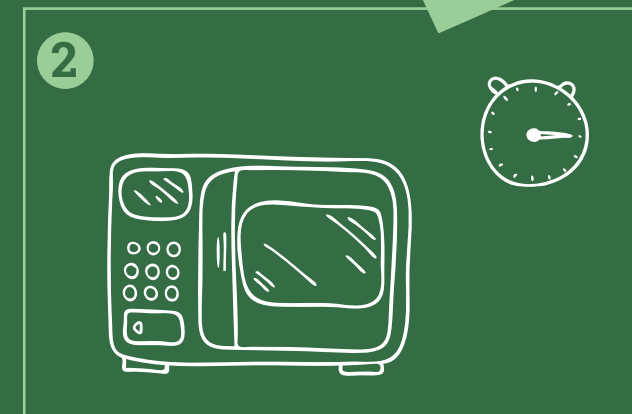
- Efter opstartsperioden vil du få udleveret menusedler til 4 uger ad gangen. Du kan selv vælge dine retter ved at krydse af på sedlerne, **husk at det antal krydser du sætter, er det antal retter du modtager.** Hvis du IKKE udfylder sedlerne, så vælger vi retterne for dig. De udfyldte menusedler afleverer du samlet til chaufføren ved næste madlevering.
- Du får leveret mad for en hel uge ad gangen, én fast dag om ugen i samme tidsrum, som regel af den samme chauffør.
- Maden er pakket i portionsbakker, og skal stå i køleskabet indtil den skal spises. Du bestemmer selv i hvilken rækkefølge, du vil spise retterne.
- Hovedretter skal opvarmes i en mikroovn, hvis du ikke selv har en mikroovn, kan du låne én af MAD til hver DAG.
- Har du brug for at afbestille din mad, skal du ringe til MAD til hver DAG senest kl. 11 dagen før din faste leveringsdag. Får du f.eks. mad om torsdagen, skal du afbestille senest onsdag kl. 11.

Når det er spisetid – Sådan gør du

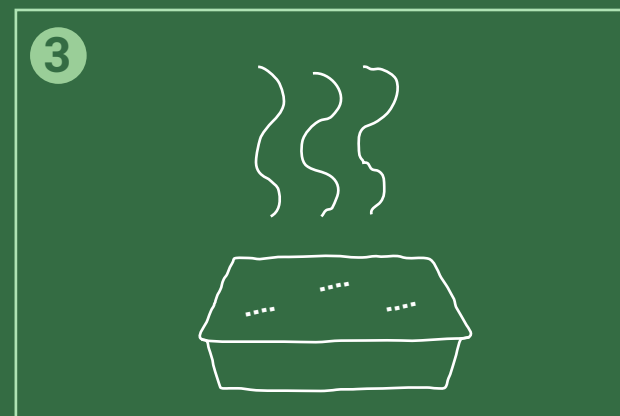
Vi spiser
også med
øjnene



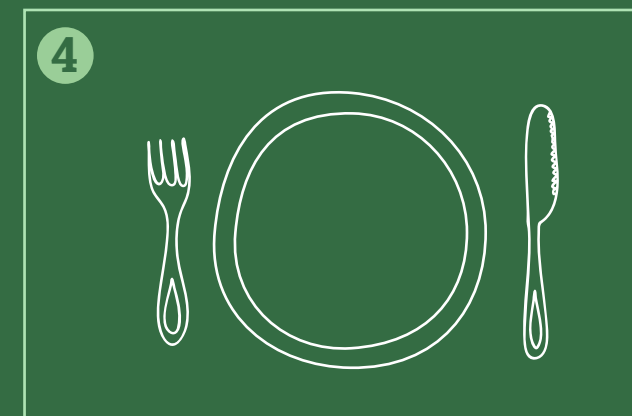
Tag en hovedret ud af køleskabet, prik 2-3 huller i folien med en gaffel.



Sæt bakken på en tallerken i mikroovnen. Opvarm retten det antal minutter, der står på etiketten.



Lad bakken stå 1 minut - riv eller skær folien af bakken (pas på den varme damp!)



Anret maden pænt på den varme tallerken og tilføj gerne lidt krydderurter eller surt tilbehør (se næste side) - velbekomme.

Sæt dit eget præg på måltidet

De daglige måltider er vigtige for dit velbefindende, så her er nogle gode råd til at bevare appetitten og glæden ved et godt måltid. Hold fast i dine gode madvaner, det kan fx være at have en fast spisetid til det varme måltid. Sørg også for, at din spiseplads er indbydende og godt indrettet. Dæk bordet med bestik, drikkevarer, serviet, salt og peber. Anret maden pænt på tallerkenen, og sæt gerne dit eget præg på måltidet med forskelligt tilbehør.

Gode ting at have i dit køkken:

- Surt tilbehør som asier, syltede agurker og lignende smager godt til mange retter.
- Krydderier eller bare salt og peber, ketchup, sennep, engelsk sovs, mangochutney eller ribsgele kan også være "prikken over i'et".
- Et grønt drys af persille, dild eller purløg giver friskhed, farve og smag til både varme og kolde retter.



Kontaktoplysninger

Har du spørgsmål, ændringer, ris eller ros til køkkenet?
Ring eller skriv til os!

man-fre: 9-14
Telefon: 7232 2600

e-mail: madtilhverdag@hillerod.dk

Kontakt visitationen i din kommune:

Allerød (www.alleroed.dk)tlf.: 4810 0100
Frederikssund (www.frederikssund.dk)tlf.: 4735 1000
Halsnæs (www.halsnaes.dk)tlf.: 4778 4000
Hillerød (www.hillerod.dk)tlf.: 7232 0000

Du kan læse mere på www.madtilhverdag.dk



Tekster: Mette Kim Witten
Billeder: Fotograf Camilla Hey
& Colourbox.dk
Grafisk Design: Tine Lund, Lundgrafik.dk
Trykkeri: Christensen Grafisk,
Papir, indhold: 115 gram Galleri Art
Silk, mat bestrøget - FSC-mærket &
Svanemærket.
Papir, omslag: 160 gram offset

