

Din lokale madleverandør

Mad der smager af meget mere



FÆLLESKØKKENET

– det nære valg

“Fælleskøkkenet er en aktiv medspiller i lokalsamfundet – som en god arbejdsplads, og fordi vi støtter initiativer, der skaber gode lokale råvarer og produkter”

Køkkenchef Kirsten Skovsby

Indhold

Dit lokale køkken	5
Den gode hverdagsmad	7
Din menu	9
Udviklingskøkkenet	10
Speciel kostform	12
Lidt ekstra at vælge imellem	15
Serveringstips	17
Levering	18
Har du spørgsmål?	20

Velkommen til Fælleskøkkenet

Dagens måltider er vigtige for livskvaliteten. Et ordsprog lyder: Uden mad og drikke, duer helten ikke. Det gælder hele livet igennem.

I Fælleskøkkenet har vi mange års erfaring i at tilberede velsmagende og sunde måltider med høj kulinarisk kvalitet. Maden tilberedes af sæsonens råvarer, som overvejende er danske og bæredygtige. Vi gør en stor indsats for at bruge råvarer fra de lokale producenter, som vi er omringet af her på Lolland og Falster.

Fælleskøkkenets ansatte er uddannede madhåndværkere og er i konstant udvikling. Hver eneste dag gør vi os umage for at tilberede dejlig mad, som:

- man glæder sig til
- er fyldt med smag og næring
- er tilberedt af gode råvarer
- passer til den enkelte

Velbekomme
Fælleskøkkenet i Sakskøbing

For at få ydelser fra Fælleskøkkenet, skal du være visiteret af din kommune:

GULDBORGSUND KOMMUNE
(Guldborgsund Madservice)
indtil 31/3 2020:

25 18 06 55 eller pr. mail
socmadserviceadministration@
guldborgsund.dk

Pr. 1/4 2020 kontaktes myndigheden på telefon
54 73 21 90 i tidsrummet
man/tirs/onsdag kl. 9-15
torsdag kl. 9-17
fredag 9-12
eller pr. mail
myndighedældrevisitation@
guldborgsund.dk

LOLLAND KOMMUNE:
www.lolland.dk
Ældre & Sundhed, telefon og
borgerbetjening **54 67 77 00**.
Center for støtte og vejledning,
visitation til madservice
telefon **54 67 62 20**.



Dit lokale køkken

Fælleskøkkenet er dit nære valg som leverandør af måltider i Guldborgsund og Lolland kommune

Vi står inde for maden, som vi tilbereder med passion og stolthed.

Køkkenet ligger i Saksøbing på Lolland - lige i centrum, hvor alle de gode råvarer findes. Vi er tæt på kommunerne, som vi samarbejder med ud fra Fælleskøkkenets værdier for den gode hverdagsmad.

Vores ønske er at være i tæt kontakt med dig, så vi kan give dig den bedst mulige måltidsoplevelse og service.





VEDKOMMENDE

GODE OPLEVELSER TILBEREDT MED

NÆRVÆRENDE GLÆDE OG STOLTHED

MÅLTIDSOPLEVELSE

TRYGT VELTILLAVET
VARIERET SUNDT

RO OG MAG VELSMAGENDE

Den gode hverdagsmad

Når vi tilbereder din mad, arbejder vi altid ud fra disse værdier

Tryghed: Vi leverer klassiske retter, som er velkendte, og som vi er overbeviste om, at du kender og har haft gode oplevelser med tidligere. Hver dag testes madens kvalitet af et smagspanel. Du skal være tryk ved at modtage og spise mad fra Fælleskøkkenet.

Vedkommenhed: Vi leverer mad, som passer til dit behov for næring, og som er tilberedt efter de officielle anbefalinger for god ernæring. Maden passer til dine måltidsvaner.

Variation: Vi sørger for, at maden veksler i smag, konsistens og farve. Vi lægger vægt på at sætte årstidens råvarer på menuen. Derfor serverer vi eksempelvis nye kartofler, jordbær, kål, rodfrugter, fasaner samt kød fra lokale lam – når råvarerne er i sæson.

Velsmag: Vi tilbyder mad, der rummer alle fem grundsmage - salt, sødt, surt, bitter samt umami, og den er tilberedt af friske og velsmagende råvarer.

Nærvær: Vi tilbereder, pakker og leverer maden til dig, så den er nem at håndtere i dit hjem. Vores chauffører har faste ruter, så de bliver en kendt person for dig.

Høj faglighed: Vi tilbereder din mad helt fra bunden, både på traditionel vis og med ny teknologi. Vi har et kostfagligt personale med passion for både valg af råvarer, tilberedning af maden, samt fokus på både hygiejne, ressourceforbrug og arbejdsmiljø.



Nyt menukort hver uge

Du bestemmer, hvad der er på menuen

Frit valg mellem 23 retter - hver uge

Hver måned får du fire nye og spændende menukort. Menuerne tager udgangspunkt i det traditionelle danske køkken og egnsretter. Vi lægger vægt på, at der findes noget til enhver smag. Menukortet rummer retter, som modsvarer tidens trend - dermed er tilbuddet meget varieret.

Hver uge kan du vælge mellem 14 hovedretter og 9 biretter (supper og desserter). Hovedretter kan bestilles i normal og lille portion. Derudover kan du bestille ekstra portioner af suppe, mælkesmad, kage, anretninger eller madpakker samt protein- og energidrikke. Se mere på menukortet. Vi har hen over året udvalgt nogle mærkedage, hvor vi leverer små

lækre overraskelser til dig. Menuerne er sammensat ud fra de officielle næringsstofanbefalinger, og vi har stort fokus på, at måltiderne er både ernæringsrigtige, sunde og indbydende. Vær opmærksom på, at hovedret lille portion IKKE lever op til de officielle næringsstofanbefalinger. Fælleskøkkenet anbefaler at dagskosten suppleres med energitætte mellemmåltider.

Ris og ros

Du er altid velkommen, til at fortælle os din mening om din måltidsoplevelse. Udfyld skemaet på hjemmesiden, ring på **72 41 16 00** eller skriv til os på faelleskoekkenet@faelleskoekkenet.dk.

Ret nr. 14

Udviklingskøkkenet

Bliv glædeligt overrasket over ret
nr. 14 på menukortet

Vores menuer tager udgangspunkt i det traditionelle danske køkken samt vores egnssretter. Derudover lægger vi stor vægt på, at alle måltider tilberedes med respekt for den enkelte råvare.

Vi følger med, når det danske køkken udvikler sig, og derfor er den sidste hovedret på menukortet (ret nr. 14) en ny ret hver uge.

Du kan ikke se, hvad retten består af når du bestiller, men den er altid tilberedt af sæsonens råvarer og ud fra spændende opskrifter.

Så er du til overraskelser. kan vi kun anbefale dig at bestille ret nr. 14.

Velbekomme



Hvis du har behov for en speciel kostform

Retterne er inddelt i forskellige kostformer. Brug gerne vores ekspertise, når du skal vælge.

Vi tilpasser menuen til dine behov og tilbyder mad til dig, som:

- har lille appetit
- har svært ved at tygge og/eller synke
- skal tage på i vægt
- ønsker at spise vegetarisk
- er fra en anden kultur
- har diabetes eller hjertekarsygdomme
- har kræft
- har demens
- har brug for en speciel kost efter aftale

Din kostform er tilpasset ud fra de officielle næringsstofanbefalinger.

Hvis du har yderligere behov for speciel kost, for eksempel gluten- eller laktosefri kost, så kontakt din visitator for at høre om mulighederne for at få leveret det måltid, du har behov for.

Kontakt din visitator (se kontaktdata i den orange boks på højre side).



Har du specielle behov, så
kontakt din visitator:

GULDBORGSUND KOMMUNE
(Guldborgsund Madservice)
indtil 31/3 2020:
25 18 06 55 eller pr. mail
socmadserviceadministration@
guldborgsund.dk

Pr. 1/4 2020 kontaktes
myndigheden på telefon
54 73 21 90 i tidsrummet
man/tirs/onsdag kl. 9-15
torsdag kl. 9-17
fredag 9-12
eller pr. mail
myndighedældrevisitation@
guldborgsund.dk

LOLLAND KOMMUNE:
www.lolland.dk
Ældre & Sundhed, telefon og
borgerbetjening **54 67 77 00**.
Center for støtte og vejledning,
visitation til madservice
telefon **54 67 62 20**.



Forkæl dig selv - eller dine gæster

Lidt ekstra at vælge imellem

Lidt lækkert til hverdag og
når du skal have gæster

Hvis du ønsker lidt lækkert i løbet af dagen, kan du bestille:

- energidrik
- hjemmelavet frugtgrød
- hjemmelavet is
- hjemmelavede fromager/desserter
- hjemmebagt kage

... også til dine gæster.

Se mere på menukortet.

Ved dine egne mærkedage kan du bestille lidt ekstra, både til dig selv, og dine gæster, blandt andet vores hjemmelavede islagkage, lagkage og lignende.

Hvis du ønsker at invitere dine venner eller familie til middag, kan du bestille ekstra menuer. For at hjælpe dig med at bestille de ekstra tilbud, kan du kontakte vores kundeservice på **72 41 16 00** mandag til fredag i tidsrummet fra kl. 8.00 - 14.00 for at høre nærmere.



Det sidste pift til maden

Tips til anretning og servering

Her er et par tips til, hvordan du kan sætte dit personlige præg på måltidet.

1.

Dæk bord og anret maden pænt på din yndlingstallerken.

2.

Hav altid "det grønne drys" i køkkenet. Det kan være persille, dild, purløg eller basilikum.

3.

Brug surt eller sødt, som gelé, rødbeder, asier eller lignende.

4.

Hav ketchup, sennep, chutney, HP sauce, engelsk sauce, salt, peber med mere stående.

Levering

Vi bringer maden direkte til dit køleskab

En gang om ugen kommer vores egne chauffører med din mad.

Fælleskøkkenet bestræber sig på at sende den samme chauffør, samt at komme inden for samme tidsrum hver gang.

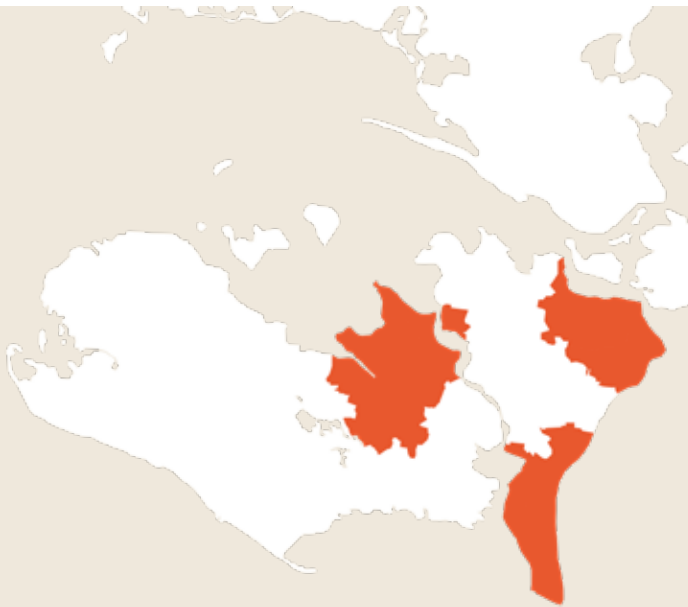
Fælleskøkkenet og visitatorerne i kommunen kan oplyse, hvilken ugedag og ca. tidspunkt, maden leveres i dit område, eller du kan se det på vores hjemmeside www.fælleskøkkenet.dk

Vores chauffører stiller gerne maden i køleskabet, hvis du har brug for det.

Fælleskøkkenets chauffører er et trygt og vigtigt bindeled mellem dig og os.

Opbevaring og opvarmning

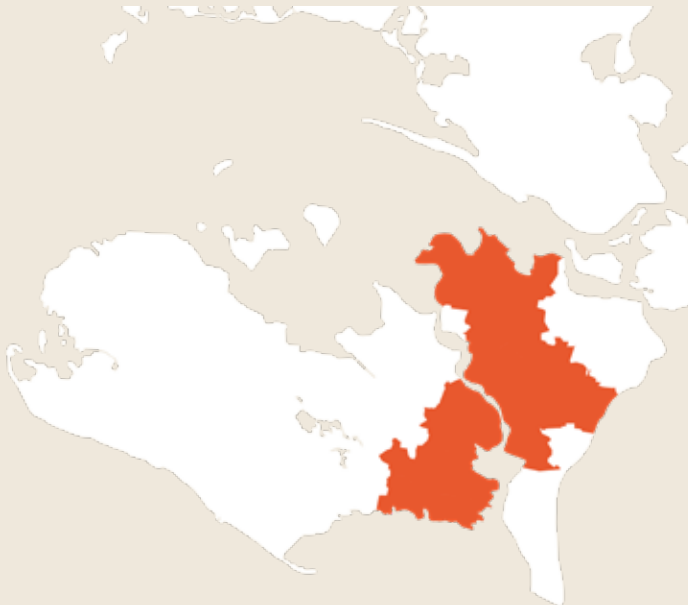
Maden fra Fælleskøkkenet skal opbevares i køleskab ved max. 5°C. Chaufføren er behjælpelig med at kontrollere temperaturen i køleskabet. Det er bedst at varme maden i mikrobølgeovn, men en almindelig ovn kan også bruges.



Levering tirsdag



Levering onsdag



Levering torsdag



Levering fredag

Har du spørgsmål?

Du er altid velkommen til at ringe til os på:
72 41 16 00 mandag - fredag kl. 8.00 - 14.00
eller sende os en mail:
fælleskoekkenet@fælleskoekkenet.dk

Vi hjælper dig med:

- vejledning om mad, ernæring og menuvalg
- at tage imod din bestilling
- ændre din menu, eller afbestille et måltid (ring senest to hverdage før levering)
- AKUT bestilling - kontakt os for at høre om mulighederne



FÆLLESKØKKENET

– det nære valg

www.fælleskøkkenet.dk
Granitvej 1, 4990 Saksøbing

