

## Velkommen

Hos Submarine kan du få de lækre, sunde og velsmagende amerikanske Sandwiches (Subs). Vi bager vores brød, så de altid er friske uanset om du besøger os morgen eller aften.

De amerikanske Sandwiches fås i to størrelser, hele og halve brød, hvor de hele brød er 1 fod lang (12 tommer), og de halve er 6 tommer (6"). Vore boller er 4" i diameter.

Alle Sandwiches serveres med friskhakket sprød iceberg salat, gulerødder, tomater, agurker, løg, pickles, grøn peber, oliven og chili. Og du kan vælge mellem lyst grahamsbrød og fuldkornsbrød.

Det anbefales generelt, at højst 30% af energien i en madvare skal komme fra fedt. Faktisk er det sådan, at de fleste af vore Sandwiches har en fedtenergi-procent på under 30%, og det er medregnet husets dressing! Så er du på diæt eller slankekur, kan du rolig spise en af vore lækre Subs. Desuden får du dækket en stor del af dit daglige behov for vitaminer og mineraler.

## Kolde Subs

|   | 6"   | 1 fod |
|---|------|-------|
| Vegetarian .....                              | 22,- | 40,-  |
| Egg Special .....                             | 30,- | 50,-  |
| Submarine Original .....                      | 31,- | 52,-  |
| (skinke, roastbeef og kalkun)                 |      |       |
| Luxury Sub (skinke, salami og peperoni) ..... | 31,- | 52,-  |
| Italian (salami og peperoni) .....            | 31,- | 52,-  |
| Ham & Cheese (skinke og ost) .....            | 31,- | 52,-  |
| Turkey Breast (kalkun bryst) .....            | 31,- | 52,-  |
| Roastbeef .....                               | 32,- | 54,-  |
| Chicken Sub (grillet kylling) .....           | 31,- | 52,-  |
| Tuna (tun og majs) .....                      | 31,- | 52,-  |
| Seafood & Crab (skaldyrssalat) .....          | 33,- | 56,-  |
| Egg & Shrimps (æg og rejer) .....             | 33,- | 56,-  |
| Norwegian (røget norsk laks) .....            | 32,- | 54,-  |

## Varme Subs

|  | 6"   | 1 fod |
|--|------|-------|
| Spicy Steak (kebabkrydret oksekød) ..... | 32,- | 54,-  |
| Grilled Chicken Sub .....                | 31,- | 52,-  |
| Pizza Sub .....                          | 31,- | 52,-  |
| Steak & Cheese .....                     | 32,- | 54,-  |
| Barbeque Pork/Chicken .....              | 31,- | 52,-  |

## Salater

Vælg en hvilken som helst Sub og få den som en salat

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| Vegetarian .....                     | 29,- |
| Seafood & Crab (skaldyrssalat) ..... | 41,- |
| Egg & Shrimps (æg og rejer) .....    | 41,- |
| Øvrige .....                         | 39,- |

## Menu

|   |      |
|---|------|
| Ham & Cheese el. Barbeque Pork/Chicken & lille sodavand ..... | 41,- |
|---|------|

## Super Menu

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| som alm. menu + bagt kartoffel ..... | 51,- |
|--------------------------------------|------|

## Valgfri Super Menu

|   |      |
|---|------|
| 6" Sub (valgfri), bagt kartoffel & lille sodavand ..... | 56,- |
|---|------|

## Salat Menu

|  |      |
|--|------|
| 1 valgfri salat, bagt kartoffel & lille sodavand ..... | 59,- |
|--|------|

## Kid's Menu

|  |      |
|--|------|
| 4" Round Sandwich med skinke og ost el. salami & børnesodavand ..... | 36,- |
|--|------|

## Extra

|   |      |      |
|---|------|------|
| Der er mulighed for at vælge extra kød, ost og grønt. <b>6" 1 fod</b> |      |      |
| Extra grønt .....   | 1,-  | 2,-  |
| Extra tomat per skive .....   |      | 2,-  |
| Dobbelt kød .....   | 10,- | 20,- |
| Extra ost pr. skive .....   |      | 2,-  |
| Extra for fuldkornsbrød .....   | 1,-  | 2,-  |
| Bacon pr. skive .....   |      | 5,-  |
| Bagt kartoffel .....  |      | 15,- |
| Snackgulerødder .....   |      | 8,-  |

## 4" Runde Sandwiches

|                                      |      |
|--------------------------------------|------|
| Cheese .....                         | 18,- |
| Egg Special .....                    | 25,- |
| Peperoni/ Salami .....               | 25,- |
| Ham (skinke) .....                   | 25,- |
| Roastbeef .....                      | 25,- |
| Turkey Breast (kalkun bryst) .....   | 25,- |
| Chicken (grillet kylling) .....      | 25,- |
| Tuna (tun og majs) .....             | 25,- |
| Seafood & Crab (skaldyrssalat) ..... | 27,- |
| Egg & Shrimps (æg og rejer) .....    | 29,- |
| Norwegian (røget norsk laks) .....   | 25,- |

## Drikke

Coca Cola, Coca Cola Zero, Coca Cola Light, Fanta, Lemon, Carlsberg Sport, Dansk Vand

| Børne | Lille | Mellem | Stor |
|-------|-------|--------|------|
| 15,-  | 17,-  | 20,-   | 27,- |

|  |              |              |
|--|--------------|--------------|
| Smoothie Naked Fruit (jordbær, hindbær, blåbær) .....          | 22,-         |              |
| Juice/most (æble filtreret/ufiltreret, solbær, appelsin) ..... | 22,-         |              |
| Økologisk saft (6 varianter) .....                             | 20,-         |              |
| Isthe Nestea peach .....                                       | 20,-         |              |
| Kildevand Carlsberg kildevæld .....                            | 14,-         |              |
| Minimælk økologisk .....                                       | 0,25 L : 8,- | 0,5 L : 15,- |
| Kaffe/The .....  |              | 10,-         |

**Submarine**  
en sundere livsstil.dk

## Bestillinger

I løbet af vinteren 2012/2013 introducerer vi en helt ny hjemmeside, der giver dig mulighed for at bestille vore sandwich og salater online til take-away.

Indtil da tager vi fortsat imod dine bestillinger per telefon.

Vi kan normalt have bestillingen klar indenfor kort tid (5-30 min) alt efter dens størrelse. Store bestillinger (over 30 fod) vil vi gerne have 1-2 timer før.

## Lidt om Submarine

Submarine er et 100% danskejet firma, der i april 1994 slog dørene op til butikken beliggende Kongensgade 45 i Odense.

Vores mål er at lave sundt og friskt mad og samtidig forkæle kundernes smagsløg. Dette er bl.a. beskrevet i vores koncept:

- sund mad af friske råvarer
- hurtig betjening
- værdi for pengene
- kvalitetsgaranti
- højt serviceniveau
- renlighed

# Menu



**Submarine**  
en sundere livsstil.dk

Kongensgade 45 • 5000 Odense C  
T: 65 91 77 99 • [www.ensunderelivsstil.dk](http://www.ensunderelivsstil.dk)

**Submarine**  
en sundere livsstil.dk

Åben alle ugens dage kl. 10.00 – 21.30