

# Meny

v 1 – v 7





**31 December-17 Februari**

**Särskilt boende, Skola, Förskola**



*Med reservation för ev. ändringar*

## Matsedel v 1



## Grundvecka 1

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 31 December	Helstekt fläskfilé med potatisgratäng, rödvinssås & ugnstekta rotfrukter	Pannacotta med hallon topp	Varmrökt lax med gröna ärtor, potatis & skagenröra	Gott nytt år! 
Tisdag 1 januari	Kalkonbröst med gräddsås, potatis & grönsaker Gelé	Mangokräm <i>Mjök</i>	Korv i ugn med grönsaker & potatismos	Gott nytt år! 
Onsdag 2 januari	Mustig köttsoppa med brödbulle <b>Husets soppa</b> <b>Husets soppa</b>	Ostkaka <i>Sylt</i>	Råstekt potatis med Skinkfräs & stuvade grönsaker	Keso-ostkaka <i>Fruktkompott, Bröd &amp; ost</i>
Torsdag 3 januari	Kycklingköttbullar med gräddsås, potatis & grönsaker <b>Kycklingköttbullar med gräddsås &amp; potatis</b> <b>Kycklingköttbullar med gräddsås, potatis &amp; grönsaker</b>	Kökets övertäckning	Sötpotatissoppa med rotfrukter	Keso-ostkaka <i>Fruktkompott, Bröd &amp; ost</i>
Fredag 4 januari	Gräddkokta fläskkotletter ned hasselbackspotatis och grönsaker <b>Vegetarisk schnitzel med chilibea &amp; grönsaker</b> <b>Vegetarisk schnitzel med chilibea &amp; grönsaker</b>  <b>Vegetarisdag i förskola &amp; skola</b>	Persikor med Chokladcreme	Skivad köttkorv med solskens-mos och grönsaker	Keso-ostkaka <i>Fruktkompott, Bröd &amp; ost</i>
Lördag 5 januari	Örtgratinerad torsk med kokt potatis och grönsaker	Brulépudding	Bakad potatis med skinkröra och grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 6 januari	Portergryta med kokt potatis & grönsaker	Nyponsoppa med kesella	Spenat & ost- omelette med laxcremefraiche	Trevlig Helg 

Matsedel v 2 Grundvecka 2



Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 7 januari	Gratinerad falukorv med potatismos & grönsaker <b>Korv med potatismos &amp; grönsaker</b> Korv med potatismos & grönsaker	Hallonkräm <i>Gräddmjölk</i>	Lantsoppa med rökt skinka	Fläskpannkaka och grönsaker <i>Lingonsylt</i>
Tisdag 8 januari	Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron & dillsås <b>Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron &amp; dillsås</b> Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron & dillsås	Chokladpudding med grädde	Pytt i panna med stekt ägg & grönsaker	Fläskpannkaka och grönsaker <i>Lingonsylt</i>
Onsdag 9 januari	Biff stroganoff med ris och grönsaker <b>Sötpotatissoppa med rotfrukter, Creme fraiche &amp; bröd</b> Sötpotatissoppa med rotfrukter, Creme fraiche & bröd  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Fruktsoppa med grädde	Skepparströmming Med pepparrot & Dillsås, grönsaker samt potatismos	Fläskpannkaka och grönsaker <i>Lingonsylt</i>
Torsdag 10 januari	Stekt kycklingfilé med örtstekt potatis, grönsaker och gräddsås <b>Kyckling med nudlar &amp; grönsaker</b> Kyckling med nudlar & grönsaker	Lingonparfait Med krossade kex	Varmkorv med bröd, potatis & palsternackspuré <i>Bostongurka</i>	Fläskpannkaka och grönsaker <i>Lingonsylt</i>
Fredag 11 januari	Plommonfylld köttfärslimpa med kokt potatis, gräddsås och grönsaker <b>Köket väljer</b> Köket väljer	Drottningmousse med kex	Spansk omelett med kyckling, purjolök & potatis	Fläskpannkaka och grönsaker <i>Lingonsylt</i>
Lördag 12 januari	Laxpudding med skirat smör & grönsaker	Persikopaj med grädde	Crepes med skinka & spenat samt grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 13 januari	Helstekt fläskkarré med plommonsky, potatis & grönsaker <i>Äppelmos</i>	Vienettaglass	Risgrynsgrot med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>	Trevlig Helg 

Matsedel v 3 Grundvecka 3

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 14 januari	Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker <i>Lingonsylt</i> Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker	Björnbärskräm med maränggrädde	Rotfruktssoppa <i>Mjölk, bröd, ost &amp; smörgåsgrönsak</i>	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Tisdag 15 januari	Ugnsbakad lax med potatis, grönsaker & romsås Ugnsbakad lax med potatis, grönsaker & romsås Ugnsbakad lax med potatis, grönsaker & romsås	Jordgubbsmousse	Blodpudding med bacon och rårörda lingon	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Onsdag 16 januari	Broccolisoppa med brödbulle Broccolisoppa med brödbulle Broccolisoppa med brödbulle  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Pannkakor <i>Sylt</i>	Bräckt korv med stuvade makaroner & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Torsdag 17 januari	Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn	Gräddglass	Strömmingslåda med örtpotatispuré & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Fredag 18 januari	Kåldolmar med potatis, grönsaker & Gräddsås <i>Lingonsylt</i> Lasagnette med grönsaker Lasagnette med grönsaker	Stekta äpplen med kardemumma-grädde	Kassler med stuvad potatis & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Lördag 19 januari	Ugnsbakad sej med Sandefjordssås, potatis & grönsaker	Kökets överraskning	Marinerad kyckling med rotfruktsgratäng	Trevlig helg 
Söndag 20 januari	Skinkstek med grönsaker, potatis & äppelgräddsås	Yoghurt pannacotta med jordgubbstopp	Sill, ägghalvor, grönsaker, gräddfil & potatis	Trevlig helg 



## Matsedel v 4

## Grundvecka 4

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 21 januari	Kroppkakor med béchamelsås & grönsaker <b>Kyckling stroganoff med ris &amp; grönsaker</b> Kyckling stroganoff med ris & grönsaker	Rabarberkräm Gräddmjölk	Fläskpannkaka & grönsaker Bröd, ost, smörgåsgrönsak och Lingonsylt	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak
Tisdag 22 januari	Ananasfisk med potatismos & grönsaker <b>Ananasfisk med potatismos &amp; grönsaker</b> Ananasfisk med potatismos & grönsaker	Jordgubbskräm med Vaniljkesella	Äggröra med köttbullar & grönsaker	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak
Onsdag 23 januari	Skavgryta med vinbär, rotfrukter & potatis <b>Pasta med tacosås &amp; grönsaker</b> Pasta med tacosås & grönsaker  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Lingonfromage med smulade kex	Grön ärtsoppa med pepparrotvisp Bröd & Smörgåsgrönsak	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak
Torsdag 24 januari	Gratinerad kyckling med saltorkadtomat, örtpotatis & grönsaker <b>Gratinerad kyckling med saltorkadtomat, bulgur &amp; grönsaker</b> Gratinerad kyckling med saltorkadtomat, bulgur & grönsaker	Kokospudding med körsbär	Ättiksströmming med potatismos, grönsaker & hovmästarsås	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak
Fredag 25 januari	Pannbiff med lök, grönsaker, kokt potatis och gräddsås Lingonsylt <b>BBQ skiva med vitlökssås, grönsaker och klyftpotatis</b> BBQ skiva med vitlökssås, grönsaker och klyftpotatis	Hallonmousse Med kex	Pizza - kall	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak
Lördag 26 januari	Gräslöksbakad torskfilé med potatismos & grönsaker	Smulpaj med vaniljvisp	Potatisbullar med bräckt skinka & grönsaker Lingonsylt	Trevlig Helg 
Söndag 27 januari	Helstekt kotlett med kokt potatis, grönsaker & vinbärsgräddsås Äppelmos	Kökets överraskning	Spenatsoppa med ägghalvor	Trevlig helg 



## Matsedel v 5

## Grundvecka 5

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 28 januari	Stekt falukorv med stuvade makaroner och grönsaker <b>Köttbullar med stuvade makaroner</b> <b>Köttbullar med stuvade makaroner och grönsaker</b>	Drottningkräm <i>gräddmjölk</i>	Pumpasoppa med Creme fraiche	Omelett med champinjonsstuvning & grönsaker
Tisdag 29 januari	Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dillsås <b>Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dillsås</b> <b>Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dill sås</b>	Persikor med hallonkvarv	Falsk kalvdans <i>Frukt kompott</i>	Omelett med champinjonsstuvning & grönsaker
Onsdag 30 januari	Köttfärssoppa med pasta & grov bulle <b>Köttfärssoppa med pasta &amp; grov bulle</b> <b>Köttfärssoppa med pasta &amp; grov bulle</b>	Kökets överraskning	Crepes med köttfärs & grönsaker	Omelett med champinjonsstuvning & grönsaker
Torsdag 31 januari	Kyckling med currysås, ris & grönsaker <b>Pasta med kyckling, curry &amp; rotfrukter</b> <b>Pasta med kyckling, curry &amp; rotfrukter</b>	Cheesecake	Fiskgratäng med Dill & citron, Vitvinsås, grönsaker & Potatismos	Omelett med champinjonsstuvning & grönsaker
Fredag 1 februari	Teddys Lingongryta med potatis & grönsaker <b>Vegetarisk buffé</b> <b>Vegetarisk buffé</b>  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Havre & cocospäron med glass	Korv med persiljestuvad morötter	Omelett med champinjonsstuvning & grönsaker
Lördag 2 februari	Rödspätta med potatis, grönsaker & kall citronsås	Citronmousse med kex	Bakad potatis med räkröra och grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 3 februari	Porterstek med kokt potatis, grönsaker och svartvinbärsgräddsås <i>Gelé</i>	Gräddfils-pudding med rabarbertopp	Ost & grönsaks-soppa <i>Bröd och ost</i>	Trevlig Helg 


## Matsedel v 6

## Grundvecka 6

Måndag 4 februari	Bruna bönor med stekt fläsk & grönsaker <b>Potatisbullar med strimlad skinka</b> Potatisbullar med strimlad skinka & grönsaker	Blåbärssoppa med tjock grädde	Makaronilåda med rökt skinka & grönsaker	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Tisdag 5 februari	Stekt hoki med vit sås, potatis, och grönsaker <b>Stekt hoki med vit sås, potatis, och grönsaker</b> Stekt hoki med vit sås, potatis, och grönsaker	Inkokt päron med grädde	Fläskskavsgryta med potatismos & grönsaker <i>Lingon</i>	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Onsdag 6 februari	Ärtsoppa med fläsk & brödbulle <i>Senap</i> <b>Green nugget taco</b> Green nugget taco  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Pannkakor <i>Sylt</i>	Omelett med kycklingstuvning	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Torsdag 7 februari	Kyckling i rödcurry & cocosmjölk med Blandade gryn & grönsaker <b>Kyckling i röd curry &amp; cocosmjölk med Blandade gryn</b> Kyckling i rödcurry & cocosmjölk med blandade gryn & grönsaker	Äppelkräm <i>Mjök</i>	Potatisgratäng med kallskuret och grönsaker	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Fredag 8 februari	Kålpudding med gräddsås, potatis & grönskaker <b>Kålpudding med gräddsås, potatis &amp; grönskaker</b> Kålpudding med gräddsås och potatis	Fruksallad med vaniljyoghurt	Pasta med Skinka & broccolisås	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Lördag 9 februari	Schnitzel med stekt potatis, grönsaker och äppelcidarsås	Ananasmousse med kex	Potatis & purjolökssoppa <i>Bröd och köttpålägg</i>	Trevlig Helg 
Söndag 10 februari	Viltfärsbiffar med purjopotatis, grönsaker och Chasseursås <i>Lingonsylt</i>	Gräddglass	Prinskorv med stekt potatis, grönsaker & rödbetssallad	Trevlig Helg 

## Matsedel v 7

## Grundvecka 7

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 11 februari	Köttbullar, potatis, gräddsås & grönsaker <b>Köttbullar, potatis &amp; gräddsås</b> Köttbullar, potatis, gräddsås & grönsaker	Aprikos-kompott <i>mjolk</i>	Stuvade grönsaker med kycklingkorv & potatis	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Tisdag 12 februari	Stekt sillflundra med hovmästarsås, grönsaker & potatismos <b>Fiskburgare med potatismos &amp; currydressing</b> Fiskburgare med potatismos, grönsaker & currydressing	Mörk choklad-pannacotta med bärjelly	Svamptost - kall	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Onsdag 13 februari	Vitkålssoppa med frikadeller & brödbulle <b>Thaisoppa med cocosmjolk</b> Thaisoppa med cocosmjolk  <b>Vegetariskdag i förskola &amp; skola</b>	Chokladkaka med gräddklick	Potatis & skinkgratäng samt grönsaker	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Torsdag 14 februari	Kycklingklubba med ugnstekta potatis, grönsaker & vinbärsgräddsås <b>Kycklingschnitzel med ris, grönsaker &amp; sötursås</b> Kycklingschnitzel med ris, grönsaker & sötursås	Exotisk fruktkräm med grädde	Äggkaka med fläsk & grönsaker <i>Lingonsylt</i>	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Fredag 15 februari	Pasta med köttfärssås & grönsaker <b>Pasta med köttfärssås</b> Pasta med köttfärssås & grönsaker	Kökets överraskning	Räksmörgås	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Lördag 16 februari	Grillad fläskbringa med potatismos, sky & grönsaker	Kolkräm med kaksmulor	Äggröra med prinskorv och grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 17 februari	Skinkstek med gräddsås, grönsaker och rosmarinpotatis <i>Gelé</i>	Glassbåt	Kalvsylta med potatismos och rödbetssallad	Trevlig Helg 