

Meny

v 8 – v 14



18 Februari – 7 April

Särskilt boende, Skola, Förskola

Temavecka klimat – ”Vår tolkning”



Utgångspunkt – Mer veg, kött med omsorg & släng inte mat.

Med reservation för ev. ändringar

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 18 februari	Kumminfläsk med kokt potatis, grönsaker & stuvad kål Ugnspannkaka med strimlat bacon & grönsaker Ugnspannkaka med strimlat bacon & grönsaker	Mangokräm Mjök	Sötpotatissoppa med rotfrukter	Keso-ostkaka Fruktkompott, Bröd & ost
Tisdag 19 februari	Svampgratinerad sej med, grönsaker & potatis Fish taco med tillbehör Fish taco med tillbehör	Äppelpaj med vaniljsås	Korv i ugn med grönsaker & potatismos	Keso-ostkaka Fruktkompott, Bröd & ost
Onsdag 20 februari	Köttfärssoppa med pasta & grov bulle Köttfärssoppa med pasta & grov bulle Köttfärssoppa med pasta & grov bulle	Ostkaka Sylt	Råstekt potatis med Skinkfräs & stuvade grönsaker	Keso-ostkaka Fruktkompott, Bröd & ost
Torsdag 21 februari	Kycklingköttbullar med gräddsås, potatis & grönsaker Kycklingköttbullar med gräddsås & potatis Kycklingköttbullar med gräddsås, potatis & grönsaker	Kökets övertäckning	Äggröra, varmrökt lax & grönsaker	Keso-ostkaka Fruktkompott, Bröd & ost
Fredag 22 februari	Gräddkokta fläskkotletter ned hasselbackspotatis och grönsaker Vegetarisk schnitzel med mangodressing & grönsaker Vegetarisk schnitzel med mangodressing & grönsaker VEGETARISK DAG!	Persikor med Chokladcreme	Pizza - kall	Keso-ostkaka Fruktkompott, Bröd & ost
Lördag 23 februari	Örtgratinerad torsk med kokt potatis och grönsaker	Brulépudding	Bakad potatis med skinkröra och grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 24 februari	Portergryta med kokt potatis & grönsaker	Nyponsoppa med kesella	Spenat & ost- omelette med laxcremefraiche	Trevlig Helg 



Matsedel v 9

Grundvecka 2

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 25 februari	Gratinerad falukorv med potatismos & grönsaker Korv med potatismos & grönsaker Korv med potatismos & grönsaker	Hallonkräm Gräddmjölk	Lantsoppa med rökt skinka	Fläskpannkaka och grönsaker Lingonsylt
Tisdag 26 februari	Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron & dillsås Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron & dillsås Ugnsstekt kapkummel med potatis, grönsaker samt citron & dillsås	Chokladpudding med grädde	Pytt i panna med stekt ägg & grönsaker	Fläskpannkaka och grönsaker Lingonsylt
Onsdag 27 februari	Biff stroganoff med ris och grönsaker Lasagnette med rotfrukter & creme fraiche Lasagnette med rotfrukter & creme fraiche VEGETARISK DAG!	Fruktsoppa med grädde	Svamptost - kall	Fläskpannkaka och grönsaker Lingonsylt
Torsdag 28 februari	Stekt kycklingfilé med örtstekt potatis, grönsaker och gräddsås Kyckling med nudlar & grönsaker Kyckling med nudlar & grönsaker	Hallonparfait Med krossade kex	Varmkorv med bröd, potatis & palsternackspuré Bostongurka	Fläskpannkaka och grönsaker Lingonsylt
Fredag 1 mars	Plommonfylld köttfärslimpa med kokt potatis, gräddsås och grönsaker Köket väljer Köket väljer	Drottningmousse med kex	Spansk omelett med kyckling, purjolök & potatis	Fläskpannkaka och grönsaker Lingonsylt
Lördag 2 mars	Laxpudding med kallsås & grönsaker	Persikopaj med grädde	Crepes med skinka & spenat samt grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 3 mars	Helstekt fläskkarré med plommonsky, potatis & grönsaker Äppelmos	Vienettaglass	Risgrynsgröt med laxpålägg Bröd och smörgåsgrönsak	Trevlig Helg 



Matsedel v10

Grundvecka 3

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 4 mars	Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker <i>Lingonsylt</i> Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker Raggmunkar med strimlad skinka & grönsaker Bananensdag	Bananglass med frukt.	Rotfruktssoppa <i>Mjolk, bröd, ost & smörgåsgrönsak</i>	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Tisdag 5 mars	Torskpanett med potatis, grönsaker och kall citronsås Torskpanett med potatis, grönsaker och kall citronsås Torskpanett med potatis, grönsaker och kall citronsås	Jordgubbsmousse	Blodpudding med bacon och rårörda lingon	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Onsdag 6 mars	Broccolisoppa med brödbulle Broccolisoppa med brödbulle Broccolisoppa med brödbulle VEGETARISK DAG!	Pannkakor <i>Sylt</i>	Bräckt korv med stuvade makaroner & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Torsdag 7 mars	Kyckling med currysås, ris & grönsaker Pasta med kyckling, curry & rotfrukter Pasta med kyckling, curry & rotfrukter	Björnbärskräm med maränggrädde	Strömmingslåda med örtpotatispuré & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Fredag 8 mars	Kåldolmar med potatis, grönsaker & Gräddsås <i>Lingonsylt</i> Bakad potatis med röror Bakad potatis med röror STUDIEDAG	Stekta äpplen med kardemumma-grädde	Kassler med stuvad potatis & grönsaker	Omelett med räkstuvning och grönsaker
Lördag 9 mars	Ugnsbakad sej med Sandefjordssås, potatis & grönsaker	Kökets överraskning	Marinerad kyckling med rotfruktsgratäng	Trevlig helg 
Söndag 10 mars	Skinkstek med grönsaker, potatis & äppelgräddsås	Yoghurt pannacotta med jordgubbstopp	Sill, ägghalvor, grönsaker, gräddfil & potatis	Trevlig helg 



Matsedel v 11



Grundvecka 4

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 11 mars	Kroppkakor med béchamelsås & grönsaker Kyckling stroganoff med blandade gryn & grönsaker Kyckling stroganoff med blandade gryn & grönsaker STUDIEDAG	Rabarberkräm <i>Gräddmjölk</i>	Fläskpannkaka & grönsaker <i>Bröd, ost, smörgåsgrönsak och Lingonsylt</i>	Risgrynsgröt med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>
Tisdag 12 mars	Ananasfisk med potatissås & grönsaker Ananasfisk med potatis & grönsaker Ananasfisk med potatis & grönsaker	Hallonmousse Med kex	Äggröra med köttbullar & grönsaker	Risgrynsgröt med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>
Onsdag 13 mars	Skavgryta med vinbär, rotfrukter & potatis Pasta med tacosås & grönsaker Pasta med tacosås & grönsaker FSK studiedag VEGETARISK DAG!	Lingonfromage med smulade kex	Grön ärtsoppa med pepparrotvisp <i>Bröd & Smörgåsgrönsak</i>	Risgrynsgröt med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>
Torsdag 14 mars	Stekt kyckling med potatis, grönsaker & dragonsås Stekt kyckling med potatis, grönsaker & dragonsås Stekt kyckling med potatis, grönsaker & dragonsås	Kokospudding med körsbär	Ättiksströmming med potatissås, grönsaker & hovmästarsås	Risgrynsgröt med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>
Fredag 15 mars	Pannbiff med lök, grönsaker, kokt potatis och gräddsås <i>Lingonsylt</i> Lasagnette med grönsaker Lasagnette med grönsaker	Jordgubbskräm med Vaniljesella	Toast med köttfärsröra - kall	Risgrynsgröt med laxpålägg <i>Bröd och smörgåsgrönsak</i>
Lördag 16 mars	Gräslöksbakad torskfilé med potatissås & grönsaker	Smulpaj med vaniljvisp	Potatisbullar med bräckt skinka & grönsaker <i>Lingonsylt</i>	Trevlig Helg 
Söndag 17 mars	Helstekt kotlett med kokt potatis, grönsaker & vinbärsgräddsås <i>Äppelmos</i>	Kökets överraskning	Spenatsoppa med ägghalvor	Trevlig helg 

Matsedel v 12


Grundvecka 5

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 18 mars	Köttbullar med stuvade makaroner och grönsaker Köttbullar med stuvade makaroner Köttbullar med stuvade makaroner och grönsaker	Drottningkräm <i>gräddmjölk</i>	Pumpasoppa med Creme fraiche	Omelett med champinjons- stuvning & grönsaker
Tisdag 19 mars	Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dillsås Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dillsås Stekt sejfilé med kokt potatis, grönsaker och kall dill sås	Persikor med hallonkvarg	Pytt med kyckling- Korv & stekt ägg	Omelett med champinjons- stuvning & grönsaker
Onsdag 20 mars	Mustig köttsoppa med brödbulle Husets soppa Husets soppa	Kökets övertäckning	Potatis & skinkgratäng samt grönsaker	Omelett med champinjons- stuvning & grönsaker
Torsdag 21 mars	Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn Chilikyckling med grönsaker & blandade gryn	Cheesecake	Falsk kalvdans <i>Frukt kompott</i>	Omelett med champinjons- stuvning & grönsaker
Fredag 22 mars	Teddys Lingongryta med potatis & grönsaker Vegetarisk buffé Vegetarisk buffé VEGETARISK DAG	Havre & cocospäron med glass	Korv med persiljestuvade morötter	Omelett med champinjons- stuvning & grönsaker
Lördag 23 mars	Rödspätta med potatis, grönsaker & remouladsås	Citronmousse med kex	Bakad potatis med räkröra och grönsaker	Trevlig Helg 
Söndag 24 mars	Porterstek med kokt potatis, grönsaker och svartvinbärsgräddsås <i>Gelé</i>	Gräddfils- pudding med rabarbertopp	Ost & grönsaks- soppa <i>Bröd och ost</i>	Trevlig Helg 

Måndag 25 mars	Bruna bönor med stekt fläsk & grönsaker Kycklingkebab med tillbehör Kycklingkebab med tillbehör (Klyftpotatis, pitabröd/tortilla, grönsaker & salsa/sås)	Blåbärssoppa med tjock grädde	Makaronilåda med rökt skinka & grönsaker	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Tisdag 26 mars	Stekt fisk med rostade rotfrukter & kallsås Stekt fisk med rostade rotfrukter & kallsås Stekt fisk med rostade rotfrukter & kallsås	Inkokt päron med grädde	Fläskskavsgryta med potatismos & grönsaker <i>Lingon</i>	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Onsdag 27 mars	Ärtsoppa med fläsk & brödbulle <i>Senap</i> Tomatsoppa med tillbehör Tomatsoppa med tillbehör VEGETARISK DAG!	Pannkakor <i>Sylt</i>	Omelett med kycklingstuvning	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Torsdag 28 mars	Kyckling i rödcurry & cocosmjölk med Blandade gryn & grönsaker Pytt med klimatsmart kycklingkorv & dressing Pytt med klimatsmart kycklingkorv & dressing	Äppelkräm <i>Mjök</i>	Potatisgratäng med kallskuret och grönsaker	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Fredag 29 mars	Kålpudding med gräddsås, potatis & grönsaker Rest-fest / köket väljer Rest-fest / Köket väljer	Fruksallad med vaniljyoghurt	Pasta med Skinka & broccolisås	Grahamsgröt Bröd, smörgås-grönsak och ost
Lördag 30 mars	Schnitzel med stekt potatis, grönsaker och äppelcidarsås Earthhour	Ananasmousse med kex	Potatis & purjolökssoppa <i>Bröd och köttpålägg</i>	Trevlig Helg 
Söndag 31 mars	Viltfärsbiffar med purjopotatis, grönsaker och Chasseursås <i>Lingonsylt</i>	Gräddglass	Prinskorv med stekt potatis, grönsaker & rödbetssallad	Trevlig Helg 

Matsedel v 14

Grundvecka 7

Veckodag	Middag	Efterrätt	Kvällsmat 1	Alternativ 2
Måndag 1 april	Gulaschgryta med potatis & grönsaker Gulaschgryta med potatis Gulaschgryta med potatis & grönsaker	Aprikos- kompott <i>mjolk</i>	Stuvade grönsaker med kycklingkorv & potatis	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Tisdag 2 april	Stekt sillflundra med hovmästarsås, grönsaker & potatismos Fiskburgare med potatismos & currydressing Fiskburgare med potatismos, grönsaker & currydressing	Mörk choklad- pannacotta med bärjelly	Äggkaka med fläsk & grönsaker <i>Lingonsylt</i>	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Onsdag 3 april	Vitkålssoppa med frikadeller & brödbulle Thaisoppa med cocosmjolk Thaisoppa med cocosmjolk VEGETARISK DAG!	Chokladkaka med gräddklick	Crepes med köttfärs & grönsaker	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Torsdag 4 april	Kycklingklubba med ugnstekta potatis, grönsaker & vinbärsgräddsås Kycklingschnitzel med ris, grönsaker & sötsås Kycklingschnitzel med ris, grönsaker & sötsås	Exotisk fruktkräm med grädde	Skepparströmming Med pepparrot & Dillsås, grönsaker samt potatismos	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Fredag 5 april	Pasta med köttfärssås & grönsaker Pasta med köttfärssås Pasta med köttfärssås & grönsaker	Kökets övertäckning	Räksmörgås	Mannagrynskaka med Saftsås <i>Bröd och köttpålägg</i>
Lördag 6 april	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 Gelé	Glassbåt 80008	Kalvsylta med potatismos och rödbetssallad	Trevlig Helg 