



## Meny vecka 15-17-19-21-23-27-29-31-33-35-37-39

### Måndag

Lunch

<b>Dagens rätt</b>	Fiskgratäng med champinjoner, tomatsås, gröna ärtor och kokt potatis	
<b>Dagens vegetariska</b>	Grönsaksnuggets med ostdipp, ärtor och ris	
<b>Dagens alternativ</b>	Kalvfärsbiff Wallenberg med skysås, gröna ärter och potatismos	
<b>Råkost</b>	Råkost med morötter och vitkål	
<b>Råkost barn</b>	Majskorn och morotsstavar	
Middag		
<b>Dagens rätt</b>	Kycklingsoppa med tomat och basilika. Plättar med sylt och vispad grädde	
<b>Dagens vegetariska</b>	Indisk blomkålsgryta med kikärter, edamamebönor, kokosmjölk, rotfrukter och ris	
<b>Dagens alternativ</b>	Pasta med ost och skinksås, rotfrukter	
<b>Råkost</b>	Riven blomkål, savoykål och spenat	
<b>Råkost barn</b>	Körsbärstomater och gurkstavar	
Lunch och middag		
<b>Dessert 1</b>	Pannkaka med sylt och vispad grädde	
<b>Dessert 2</b>	Vinbärspannacotta	

### Tisdag

Lunch

<b>Dagens rätt</b>	Kycklinginnerfilé med currysås, broccolibuketter och ris	
<b>Dagens vegetariska</b>	Grön kikärtsbiff m salladsost, broccoli, kall ajvarcreme och rostad potatis	
<b>Dagens alternativ</b>	Örtbakad fiskfilé med dillmajonnäs, broccolibuketter och kokt potatis	
<b>Råkost</b>	Zuccinisallad med morot och majs	
<b>Råkost barn</b>	Gurkstavar och paprikabitar	
Middag		
<b>Dagens rätt</b>	Tacogrätäng med nötfärs och majs, nachos, blomkål och ris	
<b>Dagens vegetariska</b>	Spagetti med sojafärsås och blomkål	
<b>Dagens alternativ</b>	Fläskpastrami och fransk potatissallad med grönsaker och senap, blomkål	
<b>Råkost</b>	Råkost med gurka och paprika	
<b>Råkost barn</b>	Morotsstavar och gröna ärtor	
Lunch och middag		
<b>Dessert 1</b>	Inlagda päron med ingefärsgrädde	
<b>Dessert 2</b>	Drottningkräm serveras med mjölk*	

= innehåller laktos	= innehåller gluten	= innehåller fläsk/gelatin
= innehåller fisk	= innehåller fågel	= innehåller nötkött
= innehåller skaldjur	= vegetarisk maträtt	= vegetarisk maträtt
= max 6 g mättat fett	= innehåller max 15 g kolhydrater	= innehåller minst 3 g protein

\*När en maträtt har texten "serveras med" på menyn innebär det att denna komponent inte kommer med ordinarie matleverans utan ska beställas från Butiken.

2024-04-15



## Onsdag

Lunch

**Dagens rätt**

Pannbiff med skysås, persiljemorötter och potatismos



**Dagens vegetariska**

Grönsakslasagne med linser och ost, persiljeslungade morötter



**Dagens alternativ**

Skånsk äggkaka i ugn med tärnat stekt fläsk och persiljemorötter



**Råkost**

Gurksallad med rädisor och dill

**Råkost barn**

Körbstomater och majs-korn



Middag

**Dagens rätt**

Frukostkorv med persiljesås, broccoli och potatismos



**Dagens vegetariska**

Vegofärsbiff med hummus, broccoli och klyftpotatis



**Dagens alternativ**

Krämig gräslökssill med broccoli och kokt potatis



**Råkost**

Råkost med riven blomkål, savojkål och persilja

**Råkost barn**

Gurkstavar och paprikabitar



Lunch och middag

**Dessert 1**

Vaniljris med hallonsylt



**Dessert 2**

Äppelkaka med vispad grädd



## Torsdag

Lunch

**Dagens rätt**

Kyckinglårfile med dragonsås, rostade grönsaker och kokt potatis



**Dagens vegetariska**

Grönsaks- och bönsosoppa. Ostkaka med sylt och vispad grädd



**Dagens alternativ**

Krämig fisksoppa med sej och dill. Ostkaka med sylt och vispad grädd



**Råkost**

Ärtsallad med blomkål

**Råkost barn**

Pizzasallad och majs-korn



Middag

**Dagens rätt**

Köttfärslimpa med gräddig sås, vaxbönor och kokt potatis



**Dagens vegetariska**

Pastasallad med ost, majs och basilika



**Dagens alternativ**

Wok med strimlat fläskkött och grönsaker, sojasås med lime, kokt ris



**Råkost**

Dressad vitkålssallad- pizzasallad

**Råkost barn**

Körbstomater och morotsstavar



Lunch och middag

**Dessert 1**

Ostkaka med jordgubbssylt



**Dessert 2**

Vaniljpannacotta



= innehåller laktos

= innehåller fisk

= innehåller skaldjur

= max 6 g mättat fett

= innehåller gluten

= innehåller fågel

= vegetarisk maträtt

= innehåller max 15 g kolhydrater

= innehåller fläsk/gelatin

= innehåller nötkött

= vegetarisk maträtt

= innehåller minst 3 g protein

\*När en maträtt har texten ”**serveras med**” på menyn innebär det att denna komponent inte kommer med ordinarie matleverans utan ska beställas från Butiken.

2024-04-15



## Fredag

Lunch

**Dagens rätt** Ångad fisk och skaldjurssås med dillfrö, bukettrönsaker och potatismos



**Dagens vegetariska** Ostburgare med sojaskav "pulled vege", coleslaw och klyftpotatis



**Dagens alternativ** Hamburgare med bröd, dressing och klyftpotatis



**Råkost** Rödkaålscoleslaw

**Råkost barn** Körsbärstomater och gurkstavar



Middag

**Dagens rätt** Champinjonfyllda crêpes med stuvade champinjoner och haricot verts



**Dagens vegetariska** Falafel med kall vitlökssås och grönsaksbulgur med brytbönor



**Dagens alternativ** Kalkon- och purjolöksgratäng med potatis, haricot verts



**Råkost** Råkost Riven morot

**Råkost barn** Paprikabitar och gröna ärtor



Lunch och middag

**Dessert 1** Kokoskaka med röda vinbär



**Dessert 2** Mangofromage



## Lördag

Lunch

**Dagens rätt** Långbakad fläskkarré med ratatouille, morot och broccoli, kokt potatis



**Dagens vegetariska** Sojakorv med gurkmajonnäs, morot och broccoli, potatismos



**Dagens alternativ** Pasta med krämig laxsås, morot och broccoli



**Råkost** Råkost med gulbetor, fänkål och persilja

**Råkost barn** Pizzasallad och körsbärstomater



Middag

**Dagens rätt** Frukostkorv med stuvade morötter edamamebönor och majs, kokt potatis



**Dagens vegetariska** Röd linsoppa med kokosmjölk och mild curry. Salta kex med svensk lagrad hårdost



**Dagens alternativ** Kebabkryddad nötskavsgryta med tomat, vitlökssås och picklad rödlök, ris



**Råkost** Rödkaålssallad

**Råkost barn** Gurkstavar och morötter



Lunch och middag

**Dessert 1** Salta kex och svensk lagrad hårdost



**Dessert 2** Äpple- och jordgubbskräm serveras med mjölk\*



**Dessert 3**

**(L)** = innehåller laktos

= innehåller fisk

= innehåller skaldjur

= max 6 g mättat fett

**(G)** = innehåller gluten

= innehåller fågel

= vegansk maträtt

**(K)** = innehåller max 15 g kolhydrater

= innehåller fläsk/gelatin

= innehåller nötkött

= vegetarisk maträtt

**(P)** = innehåller minst 3 g protein

\*När en maträtt har texten "**serveras med**" på menyn innebär det att denna komponent inte kommer med ordinarie matleverans utan ska beställas från Butiken.

2024-04-15



## Söndag

Lunch

### Dagens rätt

Kycklinggratäng med banan och krämig chilisås, ugnsbakad morot och ris



### Dagens vegetariska

Rödbetsbiff med ärtpesto, ugnsbakade morötter och klyftpotatis



### Dagens alternativ

Köttbullar med gräddig sås, ugnsbakade morötter och kokt potatis



### Råkost

Grönkål med broccoli och rödbeta

### Råkost barn

Paprikabitar och körsbärstomater



Middag

### Dagens rätt

Stekt sillflundra med brytböner, potatismos och lingonsylt



### Dagens vegetariska

Chili sin carne med sojafärs och bönor, gräddfil, brytböner och ris



### Dagens alternativ

Ost- och skinkpaj med kall basilikasås och brytböner



### Råkost

Råkost med vitkål, morot och paprika

### Råkost barn

Morotsstavar och gröna ärtor



Lunch och middag

### Dessert 1

Morotskaka med färskosttopping



### Dessert 2

Chokladpudding med vispad grädd



= innehåller laktos

= innehåller fisk

= innehåller skaldjur

= max 6 g mättat fett

= innehåller gluten

= innehåller fågel

= vegansk maträtt

= innehåller max 15 g kolhydrater

= innehåller fläsk/gelatin

= innehåller nötkött

= vegetarisk maträtt

= innehåller minst 3 g protein

\*När en maträtt har texten ”serveras med” på menyn innebär det att denna komponent inte kommer med ordinarie matleverans utan ska beställas från Butiken.

2024-04-15