

# Matsedel Vecka 16

15 - 21 April 2024



## Måndag 15/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Pytt i panna, stekt ägg, rödbetor, slottsgrönsaker |
|       | Veg   | Vegetarisk chili sin carne, ris, slottsgrönsaker   |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                            |

## Tisdag 16/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Pölsa, stekt fläsk, kokt potatis, rödbetor, kokta morötter |
|       | Veg   | Sojakorv, pepparrotssås, kokt potatis, kokta morötter      |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                                    |

## Onsdag 17/4

|       |       |                                    |
|-------|-------|------------------------------------|
| Lunch | Alt 1 | Hemlagad lasagne, broccoli         |
|       | Veg   | Hemlagad grönsakslasagne, broccoli |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val            |

## Torsdag 18/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Morotssoppa, ost, pannkaka, sylt             |
|       | Veg   | Vegetarisk gulaschsoppa, ost, pannkaka, sylt |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                      |
|       | Alt 3 | Pannkaka med sylt                            |

## Fredag 19/4

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Stekt panerad fisk, varm citronsås, kokt potatis, örter |
|       | Veg   | Omelett, svampstuvning, stekt kulpotatis, örter         |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                                 |

## Lördag 20/4

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Kycklingfilé, rosépepparsås, stekt kulpotatis, romanesco |
|       | Veg     | Quornfilé, rosépepparsås, stekt kulpotatis, romanesco    |
|       | Dessert | Morotskaka   |

## Söndag 21/4

|       |         |   |
|-------|---------|---|
| Lunch | Alt 1   | Skinkstek, gräddsås, potatis, sommargrönsaker, äppelmos                 |
|       | Veg     | Hemlagade sojabiffar, gräddsås, kokt potatis, äppelmos, sommargrönsaker |
|       | Dessert | Chokladpudding, lättvispad grädde                                       |

# Matsedel Vecka 17

22 - 28 April 2024

## Måndag 22/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Paltbröd, stekt fläsk, vitsås, kokta morötter          |
|       | Veg   | Rotfruktsgröta med Quorn, kokt potatis, kokta morötter |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                                |

## Tisdag 23/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Stekt salt sill, löksås, kokt potatis, ärter majs och paprika                  |
|       | Veg   | Vegetarisk grönsaksbiff, gräddsky, hemlagat potatismos, ärter majs och paprika |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val  |

## Onsdag 24/4

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Pannbiff, stekt lök, gräddsås, kokt potatis, lingonsylt, slottsgrönsaker       |
|       | Veg   | Veg färsbiffar, stekt lök, gräddsås, kokt potatis, lingonsylt, slottsgrönsaker |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val  |

## Torsdag 25/4

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Klar kött- och grönsakssoppa, ost, pannkaka, sylt |
|       | Veg   | Ost- och potatissoppa, ost, pannkaka med sylt     |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                           |
|       | Alt 3 | Pannkaka med sylt                                 |

## Fredag 26/4

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Tacogratäng med potatis och köttfärs, kokta morötter        |
|       | Veg   | Tacogratäng med potatis och vegetarisk färs, kokta morötter |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                                     |

## Lördag 27/4

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Stekt flundra, kall örtsås, kokt potatis, ärter        |
|       | Veg     | Vegetarisk schnitzel, kall örtsås, kokt potatis, ärter |
|       | Dessert | Smulpaj med äpple, vaniljsås                           |

## Söndag 28/4

|       |         |   |
|-------|---------|---|
| Lunch | Alt 1   | Kåldolmar, brunsås, kokt potatis, lingonsylt, bukettgrönsaker             |
|       | Veg     | Vegetarisk kålpudding, brunsås, kokt potatis, lingonsylt, bukettgrönsaker |
|       | Dessert | Mangomousse, rån  |

# Matsedel Vecka 18

29 - 05 Maj 2024

## Måndag 29/4

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Fiskgratäng på grönsaksbädd, kokt potatis, broccoli |
|       | Veg   | Vegetarisk korv, hemlagat rotmos, broccoli          |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                             |

## Tisdag 30/4

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Sussis köttfärsgröta, ris, bukettgrönsaker      |
|       | Veg   | Quorn i currysås, kokt potatis, bukettgrönsaker |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                         |

## Onsdag 1/5

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Kycklinglårfilé, skysås potatisgratäng, tomatsallad    |
|       | Veg     | Hemlagad sojabiff, skysås, potatisgratäng, tomatsallad |
|       | Dessert | Ananaspaj, vaniljsås                                   |

## Torsdag 2/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Högsbosoppa, ost, mannagrynspudding, saftsås |
|       | Veg   | Högsbosoppa, ost, mannagrynspudding, saftsås |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                      |
|       | Alt 3 | Mannagrynspudding, saftsås                   |

## Fredag 3/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Isterband, stuvad potatis, rödbetor, romanesco       |
|       | Veg   | Vegetarisk korv, stuvad potatis, rödbetor, romanesco |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                              |

## Lördag 4/5

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Köttfärslimpa, gräddsås, kokt potatis, kokta morötter, lingonsylt        |
|       | Veg     | Vegetarisk färslimpa, gräddsås, kokt potatis, kokta morötter, lingonsylt |
|       | Dessert | Mjuk pepparkaka, lingongrädde  |

## Söndag 5/5

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Kasslergryta med rödkål, kokt potatis, bukettgrönsaker |
|       | Veg     | Quorn-gryta med rödkål, kokt potatis, bukettgrönsaker  |
|       | Dessert | Jordgubbskräm, lättvispad grädde                       |

# Matsedel Vecka 19

06 - 12 Maj 2024

## Måndag 6/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Kyckling à la King (svamp, paprika), kokt potatis, bukettgrönsaker |
|       | Veg   | Quorn à la King (svamp, paprika), kokt potatis, bukettgrönsaker    |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val  |

## Tisdag 7/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Kokt frukostkorv, pepparrotssås, kokt potatis, broccoli    |
|       | Veg   | Färsgröta med curry och ananas (vegetarisk), ris, broccoli |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                                    |

## Onsdag 8/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Stekt salt sill, löksås, kokt potatis, amerikansk grönsaksblandning        |
|       | Veg   | Grekisk potatisfrestelse med ost och paprika, amerikansk grönsaksblandning |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val  |

## Torsdag 9/5

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Fläskkarré, grönpepparsås, stekt klyftpotatis, äppelmos, slottsgrönsaker           |
|       | Veg     | Krispig grönsaksbiff, grönpepparsås, stekt klyftpotatis, äppelmos, slottsgrönsaker |
|       | Dessert | Smulpaj med äpple, vaniljsås   |

## Fredag 10/5

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Köttbullar, stuvade makaroner, ärter majs och paprika |
|       | Veg   | Ärtbulle, stuvade makaroner, ärter majs och paprika   |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                               |

## Lördag 11/5

|       |         |   |
|-------|---------|---|
| Lunch | Alt 1   | Stekt panerad fisk, kall örtsås, kokt potatis, bukettgrönsaker          |
|       | Veg     | Stekt panerad veg schnitzel, kall örtsås, kokt potatis, bukettgrönsaker |
|       | Dessert | Nyponsoppa, kardemummaskorpa, vispad grädde                             |

## Söndag 12/5

|       |         |   |
|-------|---------|---|
| Lunch | Alt 1   | Biff Stroganoff, ris, amerikansk grönsaksblandning  |
|       | Veg     | Quorn Stroganoff, ris, amerikansk grönsaksblandning |
|       | Dessert | Kladdkaka, vispad grädde                            |



# Matsedel Vecka 20

13 - 19 Maj 2024

## Måndag 13/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Köttfärscrepes, broccoli, mjukt bröd   |
|       | Veg   | Champinjoncrepes, broccoli, mjukt bröd |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                |

## Tisdag 14/5

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Stekt fläsk, löksås, kokt potatis, kokta morötter |
|       | Veg   | Quorn gryta med senap, ris, kokta morötter        |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val                           |

## Onsdag 15/5

|       |       |  |
|-------|-------|--|
| Lunch | Alt 1 | Pannbiff, champinjonsås, stekt potatis, inlagd gurka, am.grönsaksblandning     |
|       | Veg   | Veg färsbiff, champinjonsås, stekt potatis, inlagd gurka, am.grönsaksblandning |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val  |

## Torsdag 16/5

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Krämig skördesoppa, ost, pannkaka, sylt                           |
|       | Veg   | Tomatsoppa med pasta, basilika crème fraiche, ost, pannkaka, sylt |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val   |
|       | Alt 3 | Pannkaka med sylt   |

## Fredag 17/5

|       |       |   |
|-------|-------|---|
| Lunch | Alt 1 | Frasbakad fisk, remouladsås, kokt potatis, örter majs och paprika |
|       | Veg   | Vegetarisk tacogratäng med pasta, örter majs och paprika          |
|       | ALT 2 | Kökets klimatsmarta val   |

## Lördag 18/5

|       |         |   |
|-------|---------|---|
| Lunch | Alt 1   | Nötskavsgryta med lingon, kokt potatis, sommargrönsaker       |
|       | Veg     | Bön- och svampgryta med lingon, kokt potatis, sommargrönsaker |
|       | Dessert | Sega hallonrutor, vispad grädde                               |

## Söndag 19/5

|       |         |  |
|-------|---------|--|
| Lunch | Alt 1   | Kotlettrad, kall bearnaisesås, potatisgratäng, romanescoblandning  |
|       | Veg     | Vegetarisk schnitzel, kall bearnaisesås, potatisgratäng, romanesco |
|       | Dessert | Frozen cheesecake  |