

# Matsedel Vecka 37

11 - 17 September 2023



## Måndag 11/9

Lunch	Alt 1	Kyckling à la King (svamp, paprika), kokt potatis, klostergrönsaker
	Alt 2	Fiskgratäng Björkeby, hemlagat potatismos, klostergrönsaker
	Veg	Quorn à la King (svamp, paprika), kokt potatis, klostergrönsaker
Middag	Alt 1	Grön ärtsoppa med pepparrotscrème, rökt medwurst, frukt
	Veg	Grön ärtsoppa med pepparrotscrème, ost, frukt

## Tisdag 12/9

Lunch	Alt 1	Kokt frukostkorv, pepparrotssås, potatis, broccoli
	Alt 2	Färsgryta med curry och ananas, ris, broccoli
	Veg	Färsgryta med curry och ananas (vegetarisk), ris, broccoli
Middag	Alt 1	Ugnspannkaka, sylt, rårivna morötter
	Veg	Ugnspannkaka, sylt, rårivna morötter

## Onsdag 13/9

Lunch	Alt 1	Stekt salt sill, löksås, kokt potatis, amerikansk grönsaksblandning
	Alt 2	Skinkfrestelse, amerikansk grönsaksblandning
	Veg	Grekisk potatisfrestelse med ost och paprika, amerikansk grönsaksblandning
Middag	Alt 1	Bondomelett, Rhode Islanddressing, vitkålssallad
	Veg	Vegetarisk bondomelett, Rhode Islanddressing, vitkålssallad

## Torsdag 14/9

Lunch	Alt 1	Morotssoppa, ost, risgrynspudding, saftsås
	Alt 2	Ost- och potatissoppa, ost, risgrynspudding, saftsås
	Veg	Morotssoppa, ost, risgrynspudding, saftsås
	Alt 3	Risgrynspudding, saftsås
Middag	Alt 1	Gräddstuvad pytt i panna, rödbetor, stekt ägg, frukt
	Veg	Gräddstuvad vegetarisk pytt i panna, rödbetor, stekt ägg, frukt

## **Fredag 15/9**

Lunch	Alt 1	Köttbullar, stuvade makaroner, ärter majs och paprika
	Alt 2	Kökets klimatsmarta val
	Veg	Ärtbulle, stuvade makaroner, ärter majs och paprika
Middag	Alt 1	Krämig potatis och grönsaksgratäng med skinka, frukt
	Veg	Krämig potatis och grönsaksgratäng med vegetarisk chorizo, frukt

## **Lördag 16/9**

Lunch	Alt 1	Stekt panerad fisk, kall örtsås, kokt potatis, bukettgrönsaker
	Veg	Stekt panerad kålrot, kall örtsås, kokt potatis, bukettgrönsaker
	Dessert	Nyponsoppa, kardemummaskorpa, vispad grädde
Middag	Alt 1	Kalvsylta, rödbetssallad, potatis, frukt
	Veg	Selleribiff, rödbetssallad, potatis, frukt

## **Söndag 17/9**

Lunch	Alt 1	Biff Stroganoff, kokt potatis, am.grönsaksblandning
	Veg	Quorn Stroganoff, kokt potatis, am.grönsaksblandning
	Dessert	Kladdkaka, vispad grädde
Middag	Alt 1	Varmkorv, potatismos, gurkmajonäs, sallad
	Veg	Vegetarisk korv, potatismos, gurkmajonnäs, sallad

# Matsedel Vecka 38

18 - 24 September 2023

## Måndag 18/9

Lunch	Alt 1	Köttfärscrepes, broccoli, mjukt bröd
	Alt 2	Fiskgratäng med dill och citronsås, kokt potatis, broccoli
	Veg	Champinjoncrepes, broccoli, mjukt bröd
Middag	Alt 1	Pölsa, potatis, rödbetor, frukt
	Veg	Vegetarisk pölsa, potatis, rödbetor, frukt

## Tisdag 19/9

Lunch	Alt 1	Stekt fläsk, löksås, potatis, kokta morötter
	Alt 2	Kycklinggryta med bacon och senap, ris, kokta morötter
	Veg	Quorngryta med senap, ris, kokta morötter
Middag	Alt 1	Gubbalåda med potatis, ägg och ansjovis, ärter
	Veg	Vegetarisk Gubbalåda med potatis, ägg och oliver, ärter

## Onsdag 20/9

Lunch	Alt 1	Pannbiff, stekt lök, brunsås, kokt potatis, lingonsylt, am.grönsaksblandning
	Alt 2	Kokt fisk, ägg- och persiljesås, kokt potatis, amerikansk grönsaksblandning
	Veg	Veg färsbiff, stekt lök, brunsås, kokt potatis, lingonsylt, am.grönsaksblandning
Middag	Alt 1	Rotfruktsplättar, lingonsylt, keso, vitkålssallad
	Veg	Rotfruktsplättar, lingonsylt, keso, vitkålssallad

## Torsdag 21/9

Lunch	Alt 1	Krämig skördesoppa, ost, pannkaka, sylt
	Alt 2	Tomatsoppa med pasta, basilika crème fraiche, ost, pannkaka, sylt
	Veg	Tomatsoppa med pasta, basilika crème fraiche, ost, pannkaka, sylt
Middag	Alt 3	Pannkaka med sylt
	Alt 1	Stekt falukorv, stuvade morötter, potatis
	Veg	Vegetarisk korv, stuvade morötter, potatis

## Fredag 22/9

Lunch	Alt 1	Frasbakad fisk, remouladsås, kokt potatis, ärter majs och paprika
	Alt 2	Tacogratäng med pasta, ärter majs och paprika
	Veg	Vegetarisk tacogratäng med pasta, ärter majs och paprika
Middag	Alt 1	Ugnsgratinerad kassler, rosépepparsås, potatis, sallad
	Veg	Ugnsgratinerad Quornfilé, rosépepparsås, potatis, sallad

## Lördag 23/9

Lunch	Alt 1	Nötskavsgryta med lingon, kokt potatis, sommargrönsaker
	Veg	Bön- och svampgryta med lingon, kokt potatis, sommargrönsaker
	Dessert	Ananaspaj, vaniljsås
Middag	Alt 1	Rökt kalkon, gräddsås, potatisgratäng, sallad
	Veg	Vegetarisk korv, gräddsås, potatisgratäng, sallad

## Söndag 24/9

Lunch	Alt 1	Kotlettrad, kall bearnaisesås, stekt kulpotatis, romanescoblandning
	Veg	Vegetarisk schnitzel, kall bearnaisesås, stekt kulpotatis, romanescoblandning
	Dessert	Frozen cheesecake
Middag	Alt 1	Matjessill, ägghalva, gräddfil, potatis, frukt
	Veg	Inlagd aubergine, ägghalva, gräddfil, potatis, frukt

# Matsedel Vecka 39

25 - 01 Oktober 2023

## Måndag 25/9

Lunch	Alt 1	Leverbiff, gräddsås, kokt potatis, lingonsylt, ärter
	Alt 2	Fiskgratäng på grönsaksbädd, kokt potatis, ärter
	Veg	Grönsaksbiff, gräddsås, potatis, ärter, lingonsylt
Middag	Alt 1	Potatisbullar, lingonsylt, sallad
	Veg	Potatisbullar, lingonsylt, sallad

## Tisdag 26/9

Lunch	Alt 1	Ugnsomelett med bacon, stuvad spenat, kokt potatis, klostergrönsaker
	Alt 2	Pasta, Italiensk tomatsås, riven ost, klostergrönsaker
	Veg	Ugnsomelett med svamp, stuvad spenat, kokt potatis, klostergrönsaker
Middag	Alt 1	Lapskojs, rödbetor, rårivna morötter
	Veg	Vegetarisk lapskojs, rödbetor, rårivna morötter

## Onsdag 27/9

Lunch	Alt 1	Thaigryta, potatis, broccoli
	Alt 2	Janssons frestelse, ägghalva, broccoli
	Veg	Vegetarisk thaigryta, kokt potatis, broccoli
Middag	Alt 1	Kycklinggratäng, sallad
	Veg	Quorngratäng, sallad

## Torsdag 28/9

Lunch	Alt 1	Ärtsoppa med fläsk, ost, pannkaka, sylt
	Alt 2	Grön sparrissoppa, ost, pannkaka, sylt
	Veg	Grön sparrissoppa, ost, pannkaka, sylt
	Alt 3	Pannkaka med sylt
Middag	Alt 1	Gratinerad falukorv med purjo och tomat, potatismos
	Veg	Gratinerad vegetarisk korv med purjo och tomat, potatismos

## Fredag 29/9

Lunch	Alt 1	Sussies köttfärsgröta, ris, sallad
	Alt 2	Matjessill, ägghalva, gräddfil med gräslök, potatis, sallad
	Veg	Sussies vegetariska färsgröta, ris, sallad
Middag	Alt 1	Fläskfilé, potatissallad, tomatsallad
	Veg	Vegetarisk schnitzel, potatissallad, tomatsallad

## Lördag 30/9

Lunch	Alt 1	Kycklingfilé, pepparsås, stekt kulpotatis, wokgrönsaker
	Veg	Stekt Quornfilé, pepparsås, stekt kulpotatis, wokgrönsaker
	Dessert	Rabarberkompott med kardemumma, grädde
Middag	Alt 1	Ost- och svamppaj, coleslaw
	Veg	Ost- och svamppaj, coleslaw

## Söndag 1/10

Lunch	Alt 1	Örtagårdsstek, gräddsås, kokt potatis, äppelmos, sommargrönsaker
	Veg	Hemlagade sojabiffar, gräddsås, kokt potatis, äppelmos, sommargrönsaker
	Dessert	Krispig vaniljkaka
Middag	Alt 1	Redd grönsakssoppa, leverpastej, frukt
	Veg	Redd grönsakssoppa, vegetarisk pastej, frukt

# Matsedel Vecka 40

02 - 08 Oktober 2023

## Måndag 2/10

Lunch	Alt 1	Fiskgratäng på grönsaksbädd, kokt potatis, broccoli
	Alt 2	Fläskkorv, hemlagat rotmos, broccoli
	Veg	Vegetarisk korv, hemlagat rotmos, broccoli
Middag	Alt 1	Morotssoppa, crème fraiche, ost, frukt
	Veg	Morotssoppa, crème fraiche, ost, frukt

## Tisdag 3/10

Lunch	Alt 1	Sussis köttfärsgröta, ris, bukettgrönsaker
	Alt 2	Kyckling i currysås, potatis, bukettgrönsaker
	Veg	Quorn i currysås, potatis, bukettgrönsaker
Middag	Alt 1	Gubbalåda med potatis, ägg och ansjovis, ärter
	Veg	Vegetarisk Gubbalåda med potatis, ägg och oliver, ärter

## Onsdag 4/10

Lunch	Alt 1	Stekt strömming med gräddsky, hemlagat potatismos, ärter och morötter
	Alt 2	Köttbullar, brunsås, potatis, ärter och morötter, lingonsylt
	Veg	Vegobulle, brunsås, potatis, ärter och morötter, lingonsylt
Middag	Alt 1	Ugnspannkaka, sylt, rårivna morötter
	Veg	Ugnspannkaka, sylt, rårivna morötter

## Torsdag 5/10

Lunch	Alt 1	Högsbosoppa, ost, mannagrynspudding, saftsås
	Alt 2	Ärtsoppa med fläsk, ost, mannagrynspudding, saftsås
	Veg	Högsbosoppa, ost, mannagrynspudding, saftsås
	Alt 3	Mannagrynspudding, saftsås
Middag	Alt 1	Stekt panerad fisk, kall örtsås, potatis, sallad
	Veg	Vegetarisk schnitzel, kall örtsås, potatis, sallad

## Fredag 6/10

Lunch	Alt 1	Isterband, stuvad potatis, rödbetor, romanesco
	Alt 2	Pizza, kall bearnaisesås, vitkålssallad
	Veg	Vegetarisk korv, stuvad potatis, rödbetor, romanesco
Middag	Alt 1	Kycklinglårfile, skysås potatisgratäng, tomatsallad
	Veg	Hemlagad sojabiff, skysås, potatisgratäng, tomatsallad

## Lördag 7/10

Lunch	Alt 1	Köttfärslimpa, gräddsås, kokt potatis, kokta morötter, lingonsylt
	Veg	Vegetarisk färslimpa, gräddsås, kokt potatis, kokta morötter, lingonsylt
	Dessert	Mjuk pepparkaka, lingongrädde
Middag	Alt 1	Inlagd strömming, filsås, potatis, tomatklyftor
	Veg	Falafel, filsås, potatis, tomatklyftor

## Söndag 8/10

Lunch	Alt 1	Kasslergryta med rödkål, potatis, klostergrönsaker
	Veg	Quorngryta med rödkål, potatis, klostergrönsaker
	Dessert	Jordgubbskräm, lättvispad grädde
Middag	Alt 1	Grillkorv, potatismos, gurkmajonnäs, sallad
	Veg	Vegetarisk korv, potatismos, gurkmajonnäs, sallad