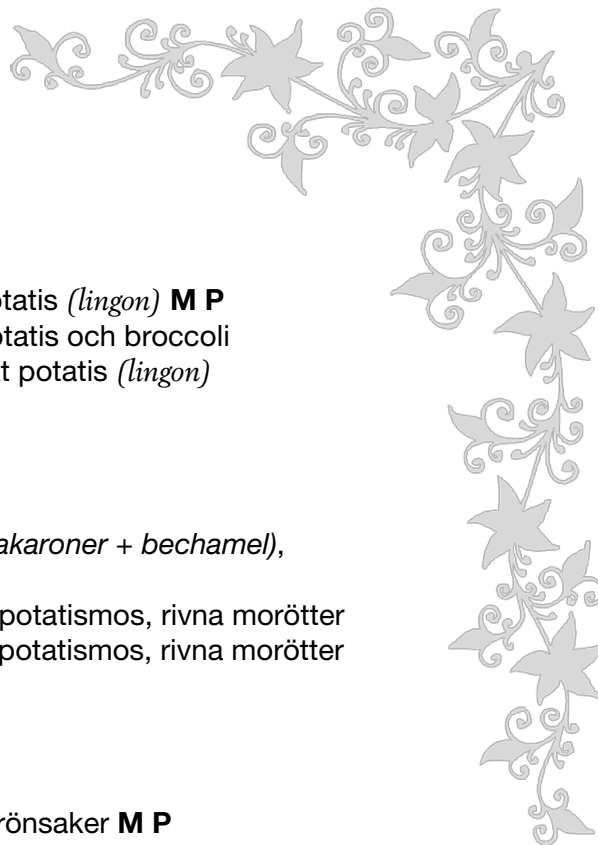




HELSINGBORG

Matsedel vecka 3

Kungshult



Måndagen den 15 januari

Dagens lunch: Pannbiff med stekt lök, skysås, kokt potatis (*lingon*) **M P**

Dagens alternativ: Fiskpudding med currysås, kokt potatis och broccoli

Vegetariskt: Grönsakspuck med stekt lök, skysås, kokt potatis (*lingon*)

Dessert: Banan

Tisdagen den 16 januari

Dagens lunch: Stekt falukorv, stuvade makaroner (=makaroner + bechamel), rivna morötter (*senap, ketchup*) **M**

Dagens alternativ: Italienska nötköttbullar i tomatsås, potatismos, rivna morötter

Vegetariskt: Italienska grönsaksbullar i tomatsås med potatismos, rivna morötter

Dessert: Drottningkräm (*mjök eller grädde*)

Onsdagen den 17 januari

Dagens lunch: Kokt torsk med äggsås, kokt potatis, grönsaker **M P**

Dagens alternativ: Blodkorv med bacon och lingonvitkål

Vegetariskt: Rödbetspaj med getost och kall örtsås (*grönsallad*)

Dessert: Änglamat

Torsdagen den 18 januari

Dagens lunch: Köttfärssås med spaghetti, grönsaker (*ketchup, grönsallad*) **M**

Dagens alternativ: Grönkålssoppa med frikadeller (*kokt ägg, smörgås*)

Vegetariskt: Vegetarisk färssås med spaghetti, grönsaker (*ketchup, grönsallad*)

Dessert: Tiramisu (=italiensk färskosttårta)

Fredagen den 19 januari

Dagens lunch: Stekt fläsk med bruna bönor, kokt potatis **M P**

Dagens alternativ: Biff stroganoff med ris, grönsaker (*gelé, ättiksgurka*)

Vegetariskt: Vegetarisk stroganoff med grönsaker, ris (*gelé, ättiksgurka*)

Dessert: Nyponsoppa (*vispad grädde eller glass, mandelbiskvier*)

Lördagen den 20 januari

Dagens lunch: Fläskkotlett, grönpepparsås, kokt potatis, pressgurka **M P**

Dagens alternativ: Nötfärsbiffar, grönpepparsås, kokt potatis, pressgurka

Vegetariskt: Grönsakspuckar, grönpepparsås, kokt potatis, pressgurka

Dessert: Päron med mintchokladsås (*vispad grädde eller glass*)

Söndagen den 21 januari

Dagens lunch: Kycklingfilé gratinerad med kycklingbacon & svampsås, kokt potatis, grönsaker **M P**

Dagens alternativ: Nötkött- och paprikagryta, kokt potatis, grönsaker

Vegetariskt: Quornfilé med svampsås, kokt potatis, grönsaker

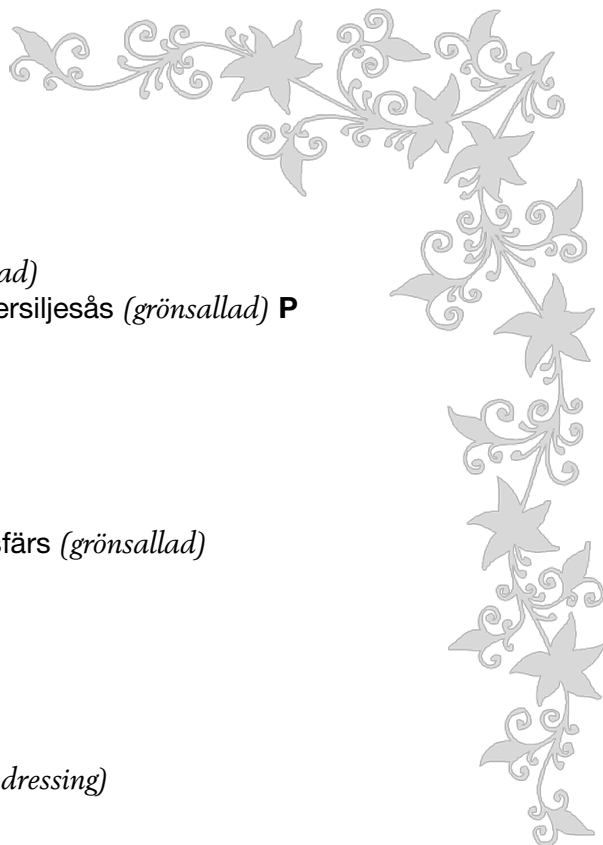
Dessert: Blåbärspannacotta





Matsedel vecka 3

Kungshult



Måndagen den 15 januari

Kvällsmat: Ugnsomelett med champinjonsås (*grönsallad*)

Vegetarisk kvällsmat: Majsbullar med kokt potatis, persiljesås (*grönsallad*) **P**

Tisdagen den 16 januari

Kvällsmat: Mannagrynspudding med saftsås

Vegetarisk kvällsmat:

Ostgratinerade hemgjorda crepes fyllda med grönsaksfärs (*grönsallad*)

Onsdagen den 17 januari

Kvällsmat: Broccolisoppa med hembakt bröd (*pålägg*)

Vegetarisk kvällsmat: Medelhavslasagne (*grönsallad, dressing*)

Torsdagen den 18 januari

Kvällsmat: Laxpudding med skirat dillsmör

Vegetarisk kvällsmat: Vegetarisk pytt i panna med rödbetskeso (*grönsallad*)

Fredagen den 19 januari

Kvällsmat: Varm smörgås med ost och rökt skinka
(*ev. dijonsenap, tomat. Grönsallad*)

Vegetarisk kvällsmat: Chili sin carne med ris, gräddfil (*grönsallad*)

Lördagen den 20 januari

Kvällsmat: Köttfärspaj med rhode island (*grönsallad*)

Vegetarisk kvällsmat: Sparrissoppa med smördegssnibb (*ev. smörgås*)

Söndagen den 21 januari

Kvällsmat: Risgrynsgröt (*mjölk, smörgås*)

Vegetarisk kvällsmat: Grön makaronipudding, tomatröra med kesella (*grönsallad*)

M = potatismos går att beställa med extra kostnad

P = kokt potatis går att beställa extra

