

Bas matsedel Matlaget Aktuell

Vecka 1

Måndag

Lunch Fiskgratäng med salsatäcke Potatismos Broccoli
Normal1 och gul morot
Lunch Korv Stroganoff Ris Broccoli och gul morot
Normal2 Normal
Middag Kötsoppa med klimp A-kost
Normal1
Middag Strömmingslåda Slottsgrönsaker Normal
Normal2

Tisdag

Lunch Isterband Stuvad potatis Romanescoblandning
Normal1 A-kost
Lunch Ugnspannkaka Romanescoblandning A-kost
Normal2
Middag Biff Lindström Potatis Brunsås Ärtor/morötter
Normal1 Normal
Middag Fiskgratäng med räkor och dill Potatis
Normal2 Ärtor/morötter Normal

Onsdag

Lunch Biff stroganoff Ris Broccoli och gul morot Normal
Normal1
Lunch Köttbullar Potatis Brunsås Broccoli och gul
Normal2 morot Normal
Middag Sjömanskorv Sommarblandning Normal
Normal1
Middag Levergryta Potatis Sommarblandning A-kost
Normal2

Torsdag

Lunch Pytt i panna Rödbetor A-kost
Normal1
Lunch Stekt fisk Potatis Gräddfilssås Sallad Normal
Normal2
Middag Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1
Middag Köttgryta med smak av ingefära Basmatiris
Normal2 Bukettgrönsak Normal

Fredag

Lunch Fisk med hummersås Potatis Amerikansk
Normal1 grönsaksblandning Normal
Lunch Palt Stekt tärnat fläsk A-kost
Normal2
Middag Pannbiff Potatis Brunsås LF Smörgåsgurka
Normal1 Normal
Middag Panerad Fiskett Potatis Remouladsås
Normal2 Ärtor/morötter Normal

Lördag

Lunch Fiskbullar Potatis Persiljesås Sallad A-kost
Normal1
Lunch Kassler Rotsaksgratäng Sallad A-kost
Normal2
Middag Fyllid lunchkorv Potatismos Minimorot A-kost
Normal1
Middag Kokt fisk Potatis Kaviarsås Minimorot Normal
Normal2

Söndag

Lunch Laxpudding Skirat smör Ärtor A-kost
Normal1
Lunch Krögarbiff Potatis Svampsås Ärtor Laktosfri
Normal2
Middag Dillkött på kyckling Potatis Morotsmix Normal
Normal1
Middag Fläskkarré Potatis Gräddsås Morotsmix Normal
Normal2

Vecka 2

Måndag

Lunch Fisk på rotsaksbädd Potatis Sallad Normal
Normal1
Lunch Skinksås LF Pasta Sallad Normal
Normal2
Middag Fläsk- och löksås Potatis Ärtor Normal
Normal1
Middag Panerad sej Potatis Gräddfilssås Ärtor A-kost
Normal2

Tisdag

Lunch Raggmunk Stekt fläsk Romanescoblandning A-
Normal1 kost
Lunch Kokt fisk Potatis Äggsås Romanescoblandning
Normal2 Normal
Middag Sjömansbiff Rödbetor Normal
Normal1
Middag Husmansjärpar Potatis Brunsås LF Broccoli och
Normal2 gul morot

Onsdag

Lunch Fläskgryta med lingonsås Potatis
Normal1 Sommarblandning Normal
Lunch Ekologiskt panerad torsk Potatis Kall sås
Normal2 Sommarblandning Normal
Middag Krögarkorv Ris Skivad morot A-kost
Normal1
Middag Stekt strömming Potatismos LF Skivad morot
Normal2

Torsdag

Lunch Smörkokt sej med tomat och purjo potatis
Normal1 Amerikansk grönsaksblandning
Lunch Pastasås med kyckling Pasta Amerikansk
Normal2 grönsaksblandning
Middag Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1
Middag Nötköttgryta Potatis Slottsgrönsaker Normal
Normal2

Fredag

Lunch Köttkorv Rotmos Sallad LF Normal
Normal1
Lunch Köttfärspaj Sallad A-kost
Normal2
Middag Het köttfärssoppa GFMF
Normal1
Middag Bruna bönor Fläsk Romanescoblandning A-kost
Normal2

Lördag

Lunch Fyllid panerad rödspätta Potatis Sallad
Normal1
Lunch Rostbiff Potatisgratäng Sallad Normal
Normal2
Middag Gulaschsoppa A-kost
Normal1
Middag Skinkstek Potatis Brunsås LF Morotsmix A-kost
Normal2

Söndag

Lunch Bondomelett Bukettgrönsak A-kost
Normal1
Lunch Fjällpanna Potatis Bukettgrönsaker A-kost
Normal2
Middag Lax i krämig sås Potatis Slottsgrönsaker A-kost
Normal1
Middag Moussaka Slottsgrönsaker A-kost
Normal2

Vecka 3

Måndag

Lunch	Panerad Lax Potatis Remouladsås
Normal1	Sommarblandning Normal
Lunch	Kebabgryta Ris Sommarblandning A-kost
Normal2	
Middag	Kyckling Marengo Ris Slottsgrönsaker Normal
Normal1	
Middag	Bondsoppa med fläskkött och curry A-kost
Normal2	

Tisdag

Lunch	Kycklinggratäng Potatis Sommarblandning LF
Normal1	
Lunch	Remouladfisk med curry Potatis
Normal2	Sommarblandning Normal
Middag	Korvsoppa A-kost
Normal1	
Middag	Kåldolmar Potatis Brunsås
Normal2	Romanescoblandning Normal

Onsdag

Lunch	Stekt korv Potatis Morotsstuvning Normal
Normal1	
Lunch	Fiskbullar Potatis Dillsås Broccoli och gul morot
Normal2	A-kost
Middag	Leverbiff Potatis Brunsås Bukettgrönsaker
Normal1	Normal
Middag	Viltskavsgryta Laktosfri Potatismos
Normal2	Bukettgrönsaker

Torsdag

Lunch	Bloodpudding Stekt bacon Sallad Normal
Normal1	
Lunch	Pepparrotskött Potatis Sallad
Normal2	
Middag	Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1	
Middag	Laxpytt Aioli Sommarblandning A-kost
Normal2	

Fredag

Lunch	Laxpastasås LF Pasta Broccoli och gul morot
Normal1	Normal
Lunch	Apelsinkyckling Basmatiris Broccoli och gul morot Normal
Normal2	
Middag	Fisksoppa med tomat och dill A-kost
Normal1	
Middag	Bruna bönor Fläsk Romanescoblandning A-kost
Normal2	

Lördag

Lunch	Stekt sill Potatis Löksås Sallad Normal
Normal1	
Lunch	Kalops Potatis Sallad A-kost
Normal2	
Middag	Kokoskassler Ris Bukettgrönsaker Normal
Normal1	
Middag	Köttfärslimpa Potatis Brunsås Bukettgrönsaker
Normal2	Normal

Söndag

Lunch	Kroppkakor Smör A-kost
Normal1	
Lunch	Kyckling i form Ris Romanescoblandning Normal
Normal2	
Middag	Stekt lax Potatis Gräddfilssås Morotsmix
Normal1	
Middag	Fläskkarré Potatis Gräddsås Morotsmix A-kost
Normal2	

Vecka 4

Måndag

Lunch	Stekt korv Potatis Blomkålsstuvning Normal
Normal1	
Lunch	Köttfärssås Pasta Romanescoblandning A-kost
Normal2	
Middag	Fläskkötsgrönsaker Potatis Skivade morötter Normal
Normal1	
Middag	Ost- och skinkpaj Morötter skivade A-kost
Normal2	

Tisdag

Lunch	Kyckling i currysås Potatis Sallad Normal
Normal1	
Lunch	Potatisbullar Skinka Sallad A-kost
Normal2	
Middag	Fisk med vitlök och örter Potatis
Normal1	Romanescoblandning Normal
Middag	Pölsa Potatis Rödbetor A-kost
Normal2	

Onsdag

Lunch	Viltgryta Potatismos Bukettgrönsaker Normal
Normal1	
Lunch	Pastasås med lax och räkor Pasta
Normal2	Bukettgrönsaker Normal
Middag	Inlagd sill Potatis Gräddfilssås Sockerärter
Normal1	Normal
Middag	Gulasch Potatis Sockerärter Normal
Normal2	

Torsdag

Lunch	Skinkfrestelse Romanescoblandning A-kost
Normal1	
Lunch	Prinskorv Potatis Senapssås
Normal2	Romanescoblandning
Middag	Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1	
Middag	Vin- och timjansmakande kycklinggryta Ris
Normal2	Ärtor/morötter A-kost

Fredag

Lunch	Chili con carne Ris Minimorot A-kost
Normal1	
Lunch	Kycklingspett Ris Kall sås Minimorot Normal
Normal2	
Middag	Fiskpudding Skirat smör Slottsgrönsaker A-kost
Normal1	
Middag	Nikkaluoktasoppa A-kost
Normal2	

Lördag

Lunch	Kalvsylta Potatis Rödbetssallad Normal
Normal1	
Lunch	Fransk kycklinggryta Ris Sallad Normal
Normal2	
Middag	Laxsoppa A-kost
Normal1	
Middag	Skinkstek Potatis Brunsås Slottsgrönsaker A-kost
Normal2	

Söndag

Lunch	Pastagrätäng med tonfisk och oliver Ärtor A-kost
Normal1	
Lunch	Fläsklägg Rotmos Ärtor Normal
Normal2	
Middag	Vildmarkspytt Broccoli och gul morot A-kost
Normal1	
Middag	Kålpudding Potatis Brunsås Broccoli och gul morot Normal
Normal2	