

# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 34

### MÅNDAG

- ♥ Köttfärssås med linser och spagetti
- ♥ Sojafärssås med linser och spagetti

### TISDAG

- ♥ Stekt falukorv med tomatsås och potatismos
- ♥ Örtbakad quorn med tomatsås och potatismos

### ONSDAG

- ♥ Fisk Björkeby med kokt potatis
- ♥ Böngröta Provencale med kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Lasagne med kalkon, broccolibuketter
- ♥ Lasagne med ost och spenat, broccolibuketter

### FREDAG

- ♥ Tacofärs, gräddfil, salsa, riven ost och tortillabröd
- ♥ Tacokryddad sojafärs, gräddfil, salsa, riven ost och tortillabröd

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 35

### MÅNDAG

- ♥ Kyckling Tikka Masala och ris
- ♥ Quorn Tikka Masala och ris

### TISDAG

- ♥ Köttfärssås och spagetti
- ♥ Sojafärssås och spagetti

### ONSDAG

- ♥ Örtbakad lax med palsternackssås och potatis
- ♥ Broccolimedaljong med palsternackssås och potatis

### TORSDAG

- ♥ Broccolisoppa med tunna pannkakor och sylt
- ♥ Broccolisoppa med tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Kebabpizza med vitkålssallad
- ♥ Pizza med oliv och paprika, vitkålssallad

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 36

### MÅNDAG

- ♥ Krämig kalkonsås och spagetti
- ♥ Zucchini- och morotssås och spagetti

### TISDAG

- ♥ Köttbullar med gräddsås, inlagd gurka, potatis och broccolibuketter
- ♥ Bouletter med gräddsås, inlagd gurka, potatis och broccolibuketter

### ONSDAG

- ♥ Fisk á la Sättra och potatis
- ♥ Grönsakslåda med quorn och potatis, salsacreme

### TORSDAG

- ♥ Kyckling Korma med bulgur och morötter
- ♥ Korma med bönor, bulgur och morötter

### FREDAG

- ♥ Lasagne
- ♥ Lasagne med zucchini och champinjon



SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 37

### MÅNDAG

- ♥ Tacokryddad köttfärsgratäng med mild salsacrème
- ♥ Tacokryddad sojafärsgratäng med mild salsacrème

### TISDAG

- ♥ Potatisbullar med bacon, vitkål och lingonsylt
- ♥ Potatisbullar med keso, vitkål och lingonsylt

### ONSDAG

- ♥ Kökets panerade alaska med tartarsås, kokt potatis och morötter
- ♥ Kökets zucchini-biff med tartarsås, kokt potatis och morötter

### TORSDAG

- ♥ Korv Stroganoff och ris
- ♥ Stroganoff med quorn och bönor, ris

### FREDAG

- ♥ Citronkyckling med örtsås och rostad potatis
- ♥ Citronmarinerad quorn med örtsås och rostad potatis

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 38

### MÅNDAG

- ♥ Kycklinggryta med curry och kokos, ris och wokgrönsaker
- ♥ Böngryta med curry och kokos, ris och wokgrönsaker

### TISDAG

- ♥ Ost- och skinksås, spaghetti och morötter
- ♥ Morot- och zucchinisås, spaghetti och morötter

### ONSDAG

- ♥ Laxpanett med citroncrème och kokt potatis
- ♥ Broccolimedaljong med citroncrème och kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Thailändsk grönsakssoppa, tunna pannkakor och sylt
- ♥ Thailändsk grönsakssoppa, tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Nötburgare med dressing, bröd och klyftpotatis
- ♥ Grönsaksburgare med dressing, bröd och klyftpotatis

SMÅKLIG MÅLTID!



by *sodexo*\*

# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 39

### MÅNDAG

- ♥ Kebabröra med vitlöksdressing och bulgur
- ♥ Kikärtsröra med vitlöksdressing och bulgur

### TISDAG

- ♥ Stekt falukorv med stuvade makaroner
- ♥ Winjekorv med stuvade makaroner

### ONSDAG

- ♥ Krämig gryta med kalkon, bulgur och broccolibuketter
- ♥ Örtig böngryta med bulgur och broccolibuketter

### TORSDAG

- ♥ Fisk Björkeby med potatismos
- ♥ Quorn Björkeby med potatismos

### FREDAG

- ♥ Kycklingfajita med gräddfil, tortillabröd och ris
- ♥ Fajitakryddade sojastrimlor med gräddfil, tortillabröd och ris

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 40

### MÅNDAG

- ♥ Köttfärslimpa med gräddsås, potatis och sommargrönsaker
- ♥ Kökets zucchini-biff med fetaostcrème, potatis och sommargrönsaker

### TISDAG

- ♥ Biff Stroganoff, bulgur och morötter
- ♥ Lins- och rotfruktsgulasch, bulgur och morötter

### ONSDAG

- ♥ Potatisbullar med keso, lingonsylt och vitkålssallad
- ♥ Potatisbullar med keso, lingonsylt och vitkålssallad

### TORSDAG

- ♥ Dragonfiskgratäng med kokt potatis
- ♥ Örtbakad quorn med mustig tomatsås och kokt potatis

### FREDAG

- ♥ Kycklingschnitzel med kall currysås och ris
- ♥ Grönsaksschnitzel med kall currysås och ris

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 41

### MÅNDAG

- ♥ Lasagnett
- ♥ Lasagnett med tomat och linser

### TISDAG

- ♥ Korv Stroganoff, ris och morötter
- ♥ Stroganoff med quorn och bönor, ris och morötter

### ONSDAG

- ♥ Ugnsbakad lax med citroncrème och kokt potatis
- ♥ Pastagrätäng med ratatouillegrönsaker

### TORSDAG

- ♥ Blomkålssoppa, tunna pannkakor och sylt
- ♥ Blomkålssoppa, tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Tacofärs, salsa, gräddfil, tortillabröd och riven ost
- ♥ Tacokryddad sojafärs, salsa, gräddfil, tortillabröd och riven ost

SMÅKLIG MÅLTID!





# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 42

### MÅNDAG

- ♥ Köttfärssås med linser och spagetti
- ♥ Sojafärssås med linser och spagetti

### TISDAG

- ♥ Stekt falukorv med tomatsås och potatismos
- ♥ Örtbakad quorn med tomatsås och potatismos

### ONSDAG

- ♥ Fisk Björkeby med kokt potatis
- ♥ Böngröta Provencale med crème fraiche och kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Lasagne med kalkon, morötter
- ♥ Lasagne med ost och spenat, morötter

### FREDAG

- ♥ Skivad fläskkotlett med varm dragonsås och rostad potatis
- ♥ Quorn med timjan, varm dragonsås och rostad potatis

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 43

### MÅNDAG

- ♥ Kyckling Tikka Masala och ris
- ♥ Quorn Tikka Masala och ris

### TISDAG

- ♥ Köttfärssås och spagetti
- ♥ Sojafärssås och spagetti

### ONSDAG

- ♥ Örtbakad lax med palsternackssås och potatis
- ♥ Grönsaksbiff med palsternackssås och potatis

### TORSDAG

- ♥ Broccolisoppa med tunna pannkakor och sylt
- ♥ Broccolisoppa med tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Kebabpizza med vitkålssallad
- ♥ Pizza med oliv och paprika, vitkålssallad

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 44

MÅNDAG

♥ HÖSTLOV

TISDAG

♥ HÖSTLOV

ONSDAG

♥ HÖSTLOV

TORSDAG

♥ HÖSTLOV

FREDAG

♥ HÖSTLOV

SMÅKLIG MÅLTID!



by *sodexo*\*

# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 45

### MÅNDAG

- ♥ Krämig kalkonsås och spagetti
- ♥ Zucchini- och morotssås och spagetti

### TISDAG

- ♥ Köttbullar med gräddsås, inlagd gurka, potatis och broccolibuketter
- ♥ Bouletter med gräddsås, inlagd gurka, potatis och broccolibuketter

### ONSDAG

- ♥ Fisk á la Sättra och potatis
- ♥ Grönsakslåda med quorn och potatis, salsacrème

### TORSDAG

- ♥ Kyckling Korma med bulgur och morötter
- ♥ Quorn i currysås, bulgur och morötter

### FREDAG

- ♥ Lasagne
- ♥ Lasagne med zucchini och champinjon



SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 46

### MÅNDAG

- ♥ Tacokryddad köttfärsgratäng med mild salsacrème
- ♥ Tacokryddad sojafärsgratäng med mild salsacrème

### TISDAG

- ♥ Potatisbullar med bacon, vitkål och lingonsylt
- ♥ Potatisbullar med keso, vitkål och lingonsylt

### ONSDAG

- ♥ Kökets panerade alaska med tartarsås och kokt potatis
- ♥ Kökets zucchinibiff med tartarsås och kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Korv Stroganoff och ris
- ♥ Stroganoff med quorn och bönor, ris

### FREDAG

- ♥ Citronkyckling med örtsås och rostad potatis
- ♥ Citronmarinerad quorn med örtsås och rostad potatis

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 47

### MÅNDAG

- ♥ Kycklinggryta med curry och kokos, ris och wokgrönsaker
- ♥ Bönngryta med curry och kokos, ris och wokgrönsaker

### TISDAG

- ♥ Ost- och skinksås, spaghetti och morötter
- ♥ Morot- och zucchinisås, spaghetti och morötter

### ONSDAG

- ♥ Laxpanett med citroncrème och kokt potatis
- ♥ Broccolimedaljong med citroncrème och kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Potatis- och purjolökssoppa med tunna pannkakor och sylt
- ♥ Linsoppa med ingefära och curry, tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Nötburgare med dressing, bröd och klyftpotatis
- ♥ Grönsaksburgare med dressing, bröd och klyftpotatis

SMÅKLIG MÅLTID!



by *sodexo*\*

# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 48

### MÅNDAG

- ♥ Kebabgryta med vitlöksdressing och bulgur
- ♥ Kikärtsröra med vitlöksdressing och bulgur

### TISDAG

- ♥ Stekt falukorv med stuvade makaroner
- ♥ Winjekorv med stuvade makaroner

### ONSDAG

- ♥ Krämig gryta med kalkon, bulgur och broccolibuketter
- ♥ Örtig böngryta med bulgur och broccolibuketter

### TORSDAG

- ♥ Fisk Björkeby med potatismos
- ♥ Quorn Björkeby med potatismos

### FREDAG

- ♥ Kycklingfajita med gräddfil, tortillabröd och ris
- ♥ Fajitakryddade sojastrimlor med gräddfil, tortillabröd och ris

SMÅKLIG MÅLTID!



by *sodexo*\*

# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 49

### MÅNDAG

- ♥ Köttfärslimpa med gräddsås, potatis och sommargrönsaker
- ♥ Kökets zucchini-biff med fetaostcrème, potatis och sommargrönsaker

### TISDAG

- ♥ Biff Stroganoff, ris och morötter
- ♥ Lins- och rotfruktsgulasch, ris och morötter

### ONSDAG

- ♥ Potatisbullar med keso, lingonsylt och vitkålssallad
- ♥ Potatisbullar med keso, lingonsylt och vitkålssallad

### TORSDAG

- ♥ Dragonfiskgratäng med kokt potatis
- ♥ Örtbakad quorn med mustig tomatsås och kokt potatis

### FREDAG

- ♥ Kycklingschnitzel med kall currysås och klyftpotatis
- ♥ Grönsaksschnitzel med kall currysås och klyftpotatis

SMÅKLIG MÅLTID!



by *sodexo*\*



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 50

### MÅNDAG

- ♥ Lasagnett
- ♥ Lasagnett med tomat och linser

### TISDAG

- ♥ Korv Stroganoff med ris, morötter
- ♥ Stroganoff med quorn och bönor, ris, morötter

### ONSDAG

- ♥ Risgrynsgröt, mjukt bröd, skinka och clementin
- ♥ Risgrynsgröt, mjukt bröd, ost och clementin

### TORSDAG

- ♥ Blomkålssoppa, tunna pannkakor och sylt
- ♥ Blomkålssoppa, tunna pannkakor och sylt

### FREDAG

- ♥ Tacofärs, gräddfil, salsa, riven ost och tortillabröd
- ♥ Tacokryddad sojafärs, gräddfil, salsa, riven ost och tortillabröd

SMÅKLIG MÅLTID!



# GRUNDSKOLEMENY HT-17

## MENY VECKA 51

### MÅNDAG

- ♥ Ost- och kalkonsås med spagetti
- ♥ Ost- och broccolisås med spagetti

### TISDAG

- ♥ Julbord
- ♥ Julbord

### ONSDAG

- ♥ Ugnsbakad lax med krämig citronsås och kokt potatis
- ♥ Grönsaksbiff med krämig citronsås och kokt potatis

### TORSDAG

- ♥ Falafel med vitlöksdressing, pitabröd och bulgur
- ♥ Falafel med vitlöksdressing, pitabröd och bulgur

### FREDAG

- ♥ Skinkstek med gräddsås, potatis och morötter
- ♥ Broccolimedaljong med gräddsås, potatis och morötter

SMÅKLIG MÅLTID!

