

MENY

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 34

MÅNDAG

- ♥ Bönragu serveras med smörkokt bulgur & vermicelli
- ♥ Ugnsg Grillad chorizo serveras med tomatsalsa och potatissallad

TISDAG

- ♥ Pasta pesto gjord på ramslök, basilika & solrosfrön serveras med rostad blomkål
- ♥ Spaghetti Bolognese

ONSDAG

- ♥ Zucchinibiffar serveras med tzatziki & ljummen couscoussallad
- ♥ Fiskgratäng florentine

TORSDAG

- ♥ Broccoli & blomkålsgratäng serveras med färskpotatis
- ♥ Skånsk kalops serveras med rödbetor & färskpotatis

FREDAG

- ♥ Pastasallad med fetaost, oliver & saltorkade tomater
- ♥ Grillad kyckling serveras med ratatouille, bearnaisesås & timjanrostad kulpotatis



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

TÄBY SKOLOR VECKA 35

MÅNDAG

- ♥ Fried rice serveras med chili crème fraische
- ♥ Indisk kycklinggryta garam masala serveras med yoghurt & ris

TISDAG

- ♥ Brocolibiffar serveras med mangosalsa & kokt potatis
- ♥ Pocherad lax & sejrygg med vitvinsås & dillkokt färskpotatis

ONSDAG

- ♥ Gryta på sötpotatis, zucchini, rotfrukter & kidneybönor serveras med pasta penne
- ♥ Ost och skinksallad med pasta och rhode island dressing

TORSDAG

- ♥ Parmesangraterad aubergin i tomatsås serveras med ris
- ♥ Korvstroganoff serveras med ris

FREDAG

- ♥ Bulgurpytt serveras med vitlöksås
- ♥ Färsbiffar serveras med svampsås, lingon & kokt potatis



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 36

MÅNDAG

- ♥ Frittata (äggomelett) med spenat, potatis, parmesan serveras med lins & fetaostsallad
- ♥ Smarrig kycklingkebab serveras med ris (recept från elevkocken Alicia Engelhardt)

TISDAG

- ♥ Spaghetti serveras med lins & tomatsås
- ♥ Spaghetti carbonara serveras

ONSDAG

- ♥ Moussaka på potatis, sojafärs & aubergin
- ♥ Gratinerad sej i krämig dillsås, dillkokt färskpotatis

TORSDAG

- ♥ Falafel serveras med het tomatsås, yoghurt & ris
- ♥ Nikkaluokta soppa serveras med hembaktbröd & ost

FREDAG

- ♥ Mexikansk böngryta serveras med BBQ-sås, picklad rödlök, gräddfil & tortilla
- ♥ Pulled pork serveras med BBQ-sås, picklad rödlök, gräddfil & tortilla



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 37

MÅNDAG

- ♥ Asiatic quorn & grönsaks wok
- ♥ Kyckling teriyaki med bambuskott & basmatiris

TISDAG

- ♥ Zucchini piccata serveras med tomatsås & ris
- ♥ Pasta bolognese

ONSDAG

- ♥ Texas beanchili serveras med guacamole & ris
- ♥ Ost & sparris gratinerad lax & alaskafilé serveras med kokt potatis

TORSDAG

- ♥ Sötpotatis & bönbiffar serveras med babaganousch & ris
- ♥ Korvstroganoff serveras med ris

FREDAG

- ♥ Gratinerad fylld paprikahalvor (kikärter, svamp & fetaost) i tomatsås & pasta
- ♥ Italiensk färsbiff i tomatsås serveras med pasta



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 38

MÅNDAG

- ♥ Morotsbiffar serveras med dragon crème & potatismos
- ♥ Tomat & ost gratinerad falukorv serveras med potatismos

TISDAG

- ♥ Färskost & saltorkadtomat fylld portabello svamp serveras med matvetesallad med rödbetor & kapris
- ♥ Pasta serveras med en krämig laxsås

ONSDAG

- ♥ Aloo gobi (indisk blomkålsgröta) serveras med ris
- ♥ Cottagepie (recept från elevkocken Sam Mahony)

TORSDAG

- ♥ Vegetarisk vindaloo serveras med ris
- ♥ Kycklingcurry serveras med ris

FREDAG

- ♥ Broccolibiffar serveras med tomatsalsa & rostad kulpotatis
- ♥ Helstekt fläskkarré serveras med bearnaisesås & rostad kulpotatis



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 39

MÅNDAG

- ♥ Grönsaks pytt med vitlöks rostade kikärter serveras med rödbetor
- ♥ Kyckling & chorizo gratäng med spanska smaker serveras med ris

TISDAG

- ♥ Linsbiffar serveras med paprika keso & potatismos
- ♥ Viltskavsgryta serveras med potatismos & lingon

ONSDAG

- ♥ Sojafärsgratäng med potatis & palsternackstäcke
- ♥ Sprödbakad flundra serveras med remouladsås & kokt potatis

TORSDAG

- ♥ Chili sin carne serveras med ris
- ♥ Korvstroganoff serveras med ris

FREDAG

- ♥ Tacobuffé
- ♥ Tacobuffé



SMÅKLIG MÅLTID!

meny

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 40

MÅNDAG

- ♥ Falafel serveras med vitlöksås & basmatiris
- ♥ Thai kycklinggryta med gröncurry serveras med basmatiris

TISDAG

- ♥ Pasta penne serveras med en het lins & tomatsås
- ♥ Pasta penne serveras med en ost & skinksås

ONSDAG

- ♥ Potatisbullar serveras med lingonsylt
- ♥ Purjolöks gratinerad lax & sejfilé i hummersås serveras med kokt potatis

TORSDAG

- ♥ Potatis & purjolöksoppa
- ♥ Pannkaka serveras med sylt

FREDAG

- ♥ Vegetarisk kålpudding med lingon
- ♥ Köttfärslimpa serveras med timjansky, råörda lingon & kokt potatis



SMÅKLIG MÅLTID!

MENY

MENY TÄBY SKOLOR VECKA 41

MÅNDAG

- ♥ Krämig omelett serveras med fräst svamp
- ♥ Chili con carne serveras med gräddfil & ris

TISDAG

- ♥ Patata bravas serveras med hemslagen chili aioli
- ♥ Sydfransk fisk & skaldjursgryta serveras med saffrans aioli & kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Rödbetsbiffar serveras med kapris & citron crème & ris
- ♥ Ugnsgillad kabanoss serveras med krämig potatissallad

TORSDAG

- ♥ Sötpotatis & kikärts curry serveras med ris
- ♥ Kyckling tikka masala serveras med ris

FREDAG

- ♥ Spenat & fetaost lasagne
- ♥ Lasagne al forno



SMÅKLIG MÅLTID!