

meny

MENY VECKA 2

MÅNDAG

- ♥ 7/1 Studiedag

TISDAG

- ♥ Blomkålsbiffar med kall basilikasås och bulgur
- ♥ Spaghetti med kalkon-och ostsås

ONSDAG

- ♥ Moussaka med grönsaker och yoghurt
- ♥ Potatisbullar med linsfräs och lingonsylt

TORSDAG

- ♥ Potatis och kikärtsvindaloo och quinoa
- ♥ Kyckling Tandoori med ris

FREDAG

- ♥ Kålpudding med linser, gräddsås, lingonsylt och kokt potatis
- ♥ Köttfärsruta med gräddsås, lingonsylt och kokt potatis

MENY VECKA 3

MÅNDAG

- ♥ Ratatouille med bönor och bulgur
- ♥ Kyckling med röd curry och kokos med basmatiris

TISDAG

- ♥ Säsongens grönsakspytt med gröna linser och mangodressing
- ♥ Pytt i panna med rökt kalkon och rödbetor

ONSDAG

- ♥ Grönsakslasagne
- ♥ Kikärtscurry med ris

TORSDAG

- ♥ Honungsgratinerade rotfrukter med broccolibiff och fetaostyoghurt
- ♥ Sej och laxgratäng med kokt potatis

FREDAG

- ♥ Tacobuffé med sojafärs
- ♥ Tacobuffé med nötfärs



SMÅKLIG MÅLTID

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetarisk



meny

MENY VECKA 4

MÅNDAG

- ♥ Sötsur quorn gryta med ris
- ♥ Sötsur fläskköttsgryta (Pork sweet and sour) med ris

TISDAG

- ♥ Bondomelette med soltorkad tomat, fetaost och olivröra
- ♥ Sejfilé med ost och basilikasås och kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Rispytt med rotfrukter och linser och varm tomatsås
- ♥ Potatis och purjolökssoppa , mjukt bröd, ost och dessert!

TORSDAG

- ♥ Stuvade makaroner och morotsbollar
- ♥ Stuvade makaroner och köttbullar

FREDAG

- ♥ Rostade rotfrukter med fetaostrème och matvete
- ♥ Kycklinglårfilé med gräddsås, gelé och kokt potatis

MENY VECKA 5

MÅNDAG

- ♥ Quornstroganoff med ris
- ♥ Korv Stroganoff med ris

TISDAG

- ♥ Broccoligratäng med linser och kryddat ris
- ♥ Laxpanett med kall dillsås, kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Grönsakspaella med salsa
- ♥ Pannkaka med sylt

TORSDAG

- ♥ Pasta parmagiana med smörbönor
- ♥ Kycklinggryta med timjan, champinjoner och grädde och potatis

FREDAG

- ♥ Spaghetti med linssås
- ♥ Spaghetti med köttfärssås

Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt



meny

MENY VECKA 6

MÅNDAG

- ♥ Morotsbiff med löksås och kokt potatis
- ♥ Pannbiff med löksås och kokt potatis

TISDAG

- ♥ Potatisgratäng med spanska grillgrönsaker
- ♥ Fisk Björkeby, fiskfilé med persilja- lök och ströbrödstäcke, potatismos

ONSDAG

- ♥ Asiatisk curry med vattenkastanj, lime, kokos och basmatiris
- ♥ Pasta med quorn och vitlökssås med rosmarin

TORSDAG

- ♥ Potatis och bönkaka med sweet chilyoghurt
- ♥ Italiensk kycklingsoppa med saltorkad tomat och basilika, Bake off bröd och ost

FREDAG

- ♥ Tarka Dahl- indisk gryta med spenat, blomkål, yoghurt och linser, med russinris
- ♥ Chili con carne med ris

MENY VECKA 7

MÅNDAG

- ♥ Falafel med potatismos och picklad rödlök
- ♥ Stekt falukorv med potatismos och picklad rödlök

TISDAG

- ♥ Potatisbullar med bönfräs och lingonsylt
- ♥ Blodpudding med bönfräs och lingonsylt

ONSDAG

- ♥ Moussaka, gratäng med aubergine, tomat och ost med citronyoghurt
- ♥ Chilifisk med kokt potatis

TORSDAG - ALLA HJÄRTANS DAG

- ♥ Provencalsk gryta med ris
- ♥ Tacobuffé med sojafärsröra

FREDAG

- ♥ Italiensk pastagrätäng
- ♥ Kyckling i currysås och ris

HÄR ETT SKÖNT SPORTLOV!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



meny

MENY VECKA 9

MÅNDAG

- ♥ Broccoligratäng och kokt potatis
- ♥ Chicken korma med basmatiris

TISDAG

- ♥ Rostade rotsaker med krämig bönröra och bulgur
- ♥ Ugnsstekt sejfilé med gräddsky och kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Grönsakslåda, omelett med morot och blomkål
- ♥ Gulaschsoppa med linser och yoghurt, mjukt bröd och ost

TORSDAG

- ♥ Spaghetti och linssås med morot och tomat
- ♥ Spaghetti och köttfärssås

FREDAG

- ♥ Sojafärsbullar i krämig tomatsås och kokt potatis
- ♥ Helstekt, skivad fläskkarré med gräddsås, äppelmos och kokt potatis

MENY VECKA 10

MÅNDAG

- ♥ Quorn Stroganoff med ris
- ♥ Korv Stroganoff med ris

TISDAG

- ♥ Grönsakspytt med kikärter och vitlökssås
- ♥ Sejpanett alt Stekt sillflundra med dillsås och kokt potatis

ONSDAG

6/3 Studiedag

TORSDAG

- ♥ Pastapytt med grönsaker och bönor, vitlöksdressing
- ♥ Pasta och Italiensk kycklingsås med basilika och saltorkad tomat

FREDAG

- ♥ Greenburger med bröd, dressing och potatismos
- ♥ Hamburgare med bröd, dressing och potatismos

Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



meny

MENY VECKA 11

MÅNDAG

- ♥ Blomkålsgratäng med tomat och grädde, kokt potatis
- ♥ Kebabgryta med ris

TISDAG

- ♥ Quornfärslåda med ajvaryoghurt och ris
- ♥ Fisk a la Rut och kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Grönsakstagine och ris
- ♥ Raggmunk med lingonsylt

TORSDAG

- ♥ Risotto med svamp och grönsaker, grana padano crème
- ♥ Thaisoppa med kyckling, koksgrädde och ingefära, mjukt bröd och ost

FREDAG

- ♥ Falafel med tomatsås och ris
- ♥ Köttbullar med gräddsås och kokt potatis

MENY VECKA 12

MÅNDAG

- ♥ Potatisgratäng med spenat, ost och linser
- ♥ Kyckling i currysås och ris

TISDAG

- ♥ Sojafärsbullar med makaroner och varm tomatsås
- ♥ Stekt falukorv med makaroner och varm tomatsås

ONSDAG

- ♥ Säsongens grönsakspytt med gröna linser och mangodressing
- ♥ Albins spenatlasagne

TORSDAG

- ♥ Kikärtscurry med ris
- ♥ Sej och laxgratäng med kokt potatis

FREDAG

- ♥ Tacokryddad sojafärs och potatisgratäng
- ♥ Tacokryddad köttfärs och potatisgratäng

Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



MENY

MENY VECKA 13

MÅNDAG

- ♥ Marockansk grönsaksgryta med couscous och myntayoghurt
- ♥ Fiskgratäng provencale, tomat, grädde, vitlök och örter och kokt potatis

TISDAG

- ♥ Vegetarisk pytt med kikärter och vitlöksdressing
- ♥ Kebabbytt med vitlöksdressing

ONSDAG

- ♥ Pastawok med rotfrukter och sweet chili sås
- ♥ Potatis och purjolökssoppa, mjukt bröd och ost

TORSDAG

- ♥ Ostgratinerad rotselleri med tomatsås och ris
- ♥ Chili con carne med ris

FREDAG

- ♥ Örtkryddad quornfile med potatis-och rotfruktsgratäng, picklad rödlök
- ♥ Kycklinglårfile med potatis-och rotfruktsgratäng, picklad rödlök

MENY VECKA 14

MÅNDAG

- ♥ Morotsbiffar med potatismos, grillgurka
- ♥ Rollergrill med potatismos, grillgurka

TISDAG

- ♥ Säsongs rostade grönsaker med hummus och matvete
- ♥ Laxpanett med kall dillsås, kokt potatis och citron

ONSDAG

- ♥ Tarka Dahl- indisk rätt med yoghurt, linser, spenat och blomkål och russinris
- ♥ Potatisbullar med lins- och vitkålssallad och lingonsylt

TORSDAG

- ♥ Grönsakspaella med fetaostcrème
- ♥ Örtig kycklinggryta med äpple och morot, ris

FREDAG

- ♥ Lasagne med linser, tomat och grönsaker
- ♥ Lasagne med nötfärs



Smaklig måltid!
Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



meny

MENY VECKA 15

MÅNDAG

- ♥ Indisk sojafärs och ris
- ♥ Biff stroganoff med ris

TISDAG

- ♥ Potatisgratäng med stekt bön och lökröra
- ♥ Fisk Bordelaise, fiskfilé med ost- lök och ströbrödstäcke, potatismos

ONSDAG

- ♥ Lins och kikärtsgryta med blomkål och matvete
- ♥ Pasta med ost- och broccolisås

TORSDAG

- ♥ Zucchini och paprikalåda
- ♥ Tacosoppa med nötfärs, majs och tomat, mjukt bröd och ost

FREDAG

- ♥ Påsklunch

HA EN SKÖN PÅSK!

MENY VECKA 17

MÅNDAG - ANNANDAG PÅSK

TISDAG

- ♥ 23/4 Studiedag

ONSDAG

- ♥ Linsfritata med potatis
- ♥ Pastapytt med bönor, lök och rotfrukter, chilyoghurtsås

TORSDAG

- ♥ Grekiska grönsaker med potatis och fetaostcrème
- ♥ Chicken Tikka Masala och basmatiris

FREDAG

- ♥ Quorn i BBQ-sås, klyftpotatis och gräddfil, sallad och tomat
- ♥ Pulled pork med BBQ-sås, klyftpotatis och gräddfil, sallad och tomat

Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



MENY

MENY VECKA 18

MÅNDAG

- ♥ Marockansk grönsaksgryta med couscous och yoghurt
- ♥ Viltskav med gräddsås, potatismos och lingon

TISDAG - VALBORGSMÄSSOAFTON

- ♥ Bakad blomkål med rostade linser, dragonmajonnäs och rostad potatis
- ♥ Chicken Biryani-kryddig marinerad kyckling med basmatiris

ONSDAG - FÖRSTA MAJ

TORSDAG

- ♥ Broccolibiffar med gräddsås och kokt potatis
- ♥ Oxjärpar med gräddsås och kokt potatis

FREDAG

- ♥ Spaghetti med sojafärssås
- ♥ Spaghetti och köttfärssås

MENY VECKA 19

MÅNDAG

- ♥ Asiatisk curry med vattenkastanj och kokos, basmatiris
- ♥ Ugnstek sejfilé med gräddsky och kokt potatis

TISDAG

- ♥ Garam masalarostade grönsaker med ris och hummus
- ♥ Pasta med kalkon-och ostsås

ONSDAG

- ♥ Macaroni and cheese med tomat-och linssås
- ♥ Märtas curry med basmatiris

TORSDAG

- ♥ Blomkålssoppa, danskt bröd, ost, Dessert!
- ♥ Italiensk kycklingsoppa , danskt bröd, ost, dessert

FREDAG

- ♥ Greenburgare med bröd, dressing och potatismos
- ♥ Hamburgare med bröd, dressing och potatismos



Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



by *sodexo**

MENY

MENY VECKA 20

MÅNDAG

- ♥ Morotsbollar med kokt potatis och senapssås
- ♥ Frukostkorv med kokt potatis och senapssås

TISDAG

- ♥ Pasta Carbonara med sojaböner
- ♥ Sej och laxgratäng med potatis

ONSDAG

- ♥ Vegetarisk ärtsoppa med bröd och ost
- ♥ Pannkaka med sylt och knäckebröd med linspastej

TORSDAG

- ♥ Bönrattatouille med ris
- ♥ Pastarätt med nötfärs och majs, vitlökssås

FREDAG

- ♥ Freddie's fast quorn med basmatiris
- ♥ Freddie's fast chicken med basmatiris

MENY VECKA 21

MÅNDAG

- ♥ Rödbetsbiffar med pepparrotscrème och potatis
- ♥ Kebabgryta och ris

TISDAG

- ♥ Moussaka
- ♥ Sejpanett med dillsås och kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Svamprisotto med kryddig keso
- ♥ Krämig tomat och rotfruktssoppa, bröd, ost

TORSDAG

- ♥ Pasta med rostad blomkål, solrosfrön och gremoulata
- ♥ Köttbullar och stuvade makaroner

FREDAG

- ♥ Nudelwok med smörbönor och wokgrönsaker
- ♥ Nudelwok med kyckling och wokgrönsaker



Smaklig måltid!

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



by **sodexo***

meny

MENY VECKA 22

MÅNDAG

- ♥ Quornstroganoff och ris
- ♥ Korv stroganoff och ris

TISDAG

- ♥ Potatiskaka med svarta bönor och paprika
- ♥ Krämig gräslöksfisk med kokt potatis

ONSDAG

- ♥ Vegetarisk schnitzel med dragonsås och rostad potatis
- ♥ Kyckling schnitzel med dragonsås och rostad potatis

TORSDAG - KRISTI HIMMELFÄRSDAG

FREDAG

- ♥ 31/5 Klämdag

MENY VECKA 23

MÅNDAG

- ♥ Indisk böngryta med koriander och potatis
- ♥ Kyckling i currysås med ris

TISDAG

- ♥ Pastagrätäng primavera
- ♥ Potatis-och purjosoppa med mjukt bröd och ost, frukt

ONSDAG

- ♥ Couscoussallad med bönor och rotfrukter, dressing
- ♥ Pastasallad med saltorkad tomat, oliver och salladsost, dressing

TORSDAG : NATIONALDAGEN

FREDAG

- ♥ 7/6 Klämdag

Vårt vegetariska alternativ är lakto-ovo-vegetariskt.



meny

MENY VECKA 24

MÅNDAG

- ♥ Trädgårdsmästargryta med tomat, champinjoner och gröna bönor och kokt potatis.
- ♥ Kycklinggryta med wokgrönsaker och basmatiris

TISDAG

- ♥ Greenburger med bröd och potatismos och tillbehör
- ♥ Fiskburgare med bröd och potatismos och tillbehör

ONSDAG

- ♥ Grönsakspaella med salsa
- ♥ Sojafärssås med spaghetti

TORSDAG

- ♥ Morotsbiffar med potatisgratäng
- ♥ Kassler med potatisgratäng

FREDAG SKOLAVSLUTNING

GLAD SOMMAR!



by *sodexo**