

SKOLMENY VT 2017 v. 2-24

Till måltiderna serveras salladsbuffé, hårt bröd, bordsmargarin och mjölk/vatten.

Med reservation för förändringar & lokala anpassningar.

Bilden visar alla pusselbitar för en lyckad måltid. (Livsmedelsverket)



Sportlov v.10
gäller kökets egenkomponerade matsedel.

V. 2,11,20

Må	Thaiinspirerad kycklinggryta med ris och broccoli
Ti	Fläskpannkaka med sylt
On	Tacofisk med ris
To	Köttsoppa med hårtbröd och ost
Fr	Green nuggets med klyftpotatis, vitlöksdressing

V. 3,12,21

Må	Grekisk gryta med bulgur
Ti	Lasagne
On	Fiskpinnar med potatis och gräddfilssås
To	Korvsoppa med hårtbröd ost
Fr	Viltskav med hemlagat potatismos, kokt morot

V. 4,13,22

Må	Korv stroganoff med ris, kokt grönsaksblandning
Ti	Tacos med tillbehör
On	Fisk benedict med hemlagat potatismos, kokt broccoli
To	Ärtsoppa, matig sallad, hårtbröd och ost
Fr	Kycklinggryta touch of India med ris

V. 5,14,23

Må	Pasta med skinksås
Ti	Mexikryddad köttfärsgratäng med kokt ris
On	Laxlåda, kokt grönsaksblandning
To	Italiensk kycklingsoppa med rostad morot- och vitlökskräm, mjukt bröd och ost
Fr	Risgrynsgröt, matig sallad, mjukt bröd, pålägg

Uppdateringar och förändringar i matsedeln kan ni läsa på

www.dinskolmat.se där kan ni skriva ut matsedeln.

Har du en smartphone? Ladda ner appen Dinskolmat och följ matsedel i din telefon

V. 6,15,24

Må	Pytt i panna med rödbetor
Ti	Biffcurry med ris, kokt broccoli
On	Citrusfisk med potatis, kokt broccoli och morot
To	Kökets rotsakssoppa med chilicreme fraiche, matig sallad, mjukt bröd och ost
Fr	Kökets köttbullar med makaroner och brunsås, kokt morot

V. 7,16

Må	Leverbiff med potatis, brunsås och lingonsylt, ugnrostade rotfrukter
Ti	Vegogryta med klyftpotatis, vitlökstopning
On	Köttfärsås med spaghetti
To	Laxsoppa, kökets goda bröd, ost
Fr	Kycklingfilé, kokt bulgur, wokgrönsaker och tzatsiki

V. 8,17

Må	Varmkorv med potatismos
Ti	Indisk tikka masala gryta med ris och raitasås
On	Stekt fisk med broccoligratäng och kokt potatis
To	Minestrone-soppa, matig sallad med mjukt bröd och ost
Fr	Chili con carne med ris, yoghurt-dressing

V. 9,18

Må	Blodpudding/potatisbullar med råörda lingen
Ti	Currykyckling med ris, kokt broccoli
On	Helstekt lax med potatis och färsås, kokt grönsaksblandning
To	Rotsaks- och ostsoppa toppad med sour cream & onionrostade solroskärnor, matig sallad, mjukt bröd och ost
Fr	Kökets köttfärslimpa med kokt potatis, gräddsås och ugnrostade rotfrukter

V. 10,19

Må	Strimlad stekt korv falukorv med makaroner, kokt morot
Ti	Mustig köttgryta med senap och potatis, ugnrostade rotfrukter
On	Fiskcurry och potatis, kokt broccoli
To	Cowboysoppa, matig sallad, mjukt bröd och pålägg
Fr	Tortellinipasta med tomatås och ostsås, wokade grönsaker