

Basmatsedel Matlaget

Vecka 1

Måndag

Lunch	Chili con carne Ris Ärtor A-kost
Normal1	
Lunch	Remouladfisk med curry Potatis Ärtor Normal
Normal2	
Middag	Biff Lindström Potatis Brunsås Ärtor/morötter Normal
Normal1	
Middag	Fiskgratäng med räkor och dill Potatis Ärtor/morötter Normal
Normal2	

Tisdag

Lunch	Laxfärsmedaljonger Potatis Remouladsås Sallad Normal
Normal1	
Lunch	Skinksås Pasta Sallad Normal
Normal2	
Middag	Kyckling Marengo Ris Slottsgrönsaker Normal
Normal1	
Middag	Bondsoppa med fläskkött och curry A-kost
Normal2	

Onsdag

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

Torsdag

Lunch	Pytt i panna Rödbetor A-kost
Normal1	
Lunch	Kycklingspett Ris Kall sås Sallad Normal
Normal2	
Middag	Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1	
Middag	Köttgryta med smak av ingefära Basmatiris Bukettgrönsak Normal
Normal2	

Fredag

Lunch	Isterband Stuvad potatis Romanescoblandning A-kost
Normal1	
Lunch	Ugnspannkaka Romanescoblandning A-kost
Normal2	
Middag	Köttsoppa med klimp A-kost
Normal1	
Middag	Strömmingslåda Slottsgrönsaker Normal
Normal2	

Lördag

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

Söndag

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

Vecka 2

Måndag

Lunch	Stekt korv Potatis Blomkålsstuvning Normal
Normal1	
Lunch	Kebabgryta Ris Sommarblandning Normal
Normal2	
Middag	Fläsk- och löksås Potatis Ärtor Normal
Normal1	
Middag	Panerad sej Potatis Gräddfilssås Ärtor A-kost
Normal2	

Tisdag

Lunch	Sjömansbiff Rödbetor Normal
Normal1	
Lunch	Husmansjärpar Potatis Brunsås Broccoli och gul morot
Normal2	
Middag	Het köttfärssoppa GFMF
Normal1	
Middag	Bruna bönor Fläsk Romanescoblandning A-kost
Normal2	

Onsdag

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

Torsdag

Lunch	Kokt fisk Potatis Äggsås Amerikansk grönsaksblandning Normal
Normal1	
Lunch	Pastasås med kyckling Pasta Amerikansk grönsaksblandning
Normal2	
Middag	Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1	
Middag	Nötköttgryta Potatis Slottsgrönsaker Normal
Normal2	

Fredag

Lunch	Raggmunk Stekt fläsk Romanescoblandning A-kost
Normal1	
Lunch	Stekt lax Potatis Gräddfilssås Romanescoblandning Normal
Normal2	
Middag	Köttkorv Rotmos Sallad Normal
Normal1	
Middag	Köttfärspaj Sallad A-kost
Normal2	

Lördag

Lunch	Fiskgryta Potatis Sallad A-kost
Normal1	
Lunch	Rostbiff Potatisgratäng Sallad Normal
Normal2	
Middag	Gulaschsoppa A-kost
Normal1	
Middag	Skinkstek Potatis Brunsås 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 Fisk med hummersås Potatis Amerikansk grönsaksblandning Normal
Normal1

Lunch Palt Stekt tärnat fläsk A-kost
Normal2

Middag Pannbiff Potatis Brunsås Ärtor/morötter Normal
Normal1

Middag Panerad Fiskett Potatis Remouladsås
Normal2 Ärtor/morötter Normal

Tisdag

Lunch Fiskbullar Potatis Dillsås Broccoli och gul morot
Normal1 A-kost

Lunch Korv Stroganoff Ris Broccoli och gul morot
Normal2 Normal

Middag Stekt sill Potatis Gräddfilsås Skivade morötter
Normal1 Normal

Middag Nikkaluoktasoppa A-kost
Normal2

Onsdag

Lunch Stekt korv Potatis Morotsstuvning Normal
Normal1

Lunch Lax/spenat pastasås Pasta Sallad Normal
Normal2

Middag Leverbiff Potatis Brunsås Bukettgrönsaker
Normal1 Normal

Middag Viltkavsgryta Laktosfri Potatismos
Normal2 Bukettgrönsaker

Torsdag

Lunch Skinkfrestelse Romanescoblandning A-kost
Normal1

Lunch Pepparrotskött Potatis Romanescoblandning
Normal2 Normal

Middag Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1

Middag Laxpytt Aioli Sommarblandning A-kost
Normal2

Fredag

Lunch Kycklinggratäng Potatis Sommarblandning
Normal1 Normal

Lunch Fisk med vitlök och örter Potatis
Normal2 Sommarblandning Normal

Middag Korvsoppa A-kost
Normal1

Middag Kåldolmar Potatis Brunsås
Normal2 Romanescoblandning Normal

Lördag

Lunch Inlagd sill Potatis Gräddfilsås Sallad Normal
Normal1

Lunch Kalops Potatis Sallad A-kost
Normal2

Middag Kokoskasser 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 Gräddfilsås Morotsmix
Normal1

Middag Fläskkarré Potatis Gräddsås Morotsmix A-kost
Normal2

Vecka 4

Måndag

Lunch Fisk på rotsaksbädd Potatis
Normal1 Romanescoblandning Normal

Lunch Köttfärssås Pasta Romanescoblandning A-kost
Normal2

Middag Fläskkötsgröta Potatis Skivade morötter Normal
Normal1

Middag Pölsa Potatis Rödbetor A-kost
Normal2

Tisdag

Lunch Fiskgratäng med salsatäcke Potatismos Broccoli
Normal1 och gul morot

Lunch Apelsinkyckling Basmatiris Broccoli och gul
Normal2 morot Normal

Middag Fisksoppa med tomat och dill A-kost
Normal1

Middag Bruna bönor Fläsk Romanescoblandning A-kost
Normal2

Onsdag

Lunch Viltgryta Potatismos Bukettgrönsaker Normal
Normal1

Lunch Pastasås med lax och räkor Pasta
Normal2 Bukettgrönsaker Normal

Middag Fiskpudding Skirat smör Slottsgrönsaker A-kost
Normal1

Middag Gulasch Potatis Slottsgrönsaker A-kost
Normal2

Torsdag

Lunch Blodpudding Stekt bacon Sallad Normal
Normal1

Lunch Kräftströmming Potatismos Sallad Normal
Normal2

Middag Ärtsoppa KRAV-Pannkaka A-kost
Normal1

Middag Vin- och timjansmakande kycklinggryta Ris
Normal2 Ärtor/morötter A-kost

Fredag

Lunch Kyckling i currysås Potatis Sallad Normal
Normal1

Lunch Potatisbullar Skinka Sallad A-kost
Normal2

Middag Stekt fisk Potatis Gräddfilsås
Normal1 Romanescoblandning Normal

Middag Ost- och skinkpaj Romanescoblandning A-kost
Normal2

Lördag

Lunch Kalvsylta Potatis Rödbettsallad Sallad Normal
Normal1

Lunch Fransk kycklinggryta Ris Sallad Normal
Normal2

Middag Laxsoppa A-kost
Normal1

Middag Skinkstek Potatis Brunsås Slottsgrönsaker A-
Normal2 kost

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
Normal2 morot Normal