



Matsedel

8 november – 3 december 2021

Vecka 45

Måndagen den 8 november
Tisdagen den 9 november
Onsdagen den 10 november
Torsdagen den 11 november
Fredagen den 12 november

Spagetti carbonara (S,M,G)
Fisk med krispigt örttäcke och citronsås (F,Ä,G)
Marockansk kikärtsgryta med couscous (B,M,G)
Thai fiskgryta med ris (F)
Tomatsoppa med vitlöksbröd (G,M)

Vecka 46

Måndagen den 15 november
Tisdagen den 16 november
Onsdagen den 17 november
Torsdagen den 18 november
Fredagen den 19 november

Pasta med tonfisksås (G,F)
Pulled vego fajitas med ris och grönsaker (B,M,G)
Potatisbullar med lingon och keso (Ä,G,M)
Ugnsbakad lax med kokt potatis och dillmajonnäs (F,Ä,)
Morotsoppa med surdegsbröd(G)

Vecka 47

Måndagen den 22 november
Tisdagen den 23 november
Onsdagen den 24 november
Torsdagen den 25 november
Fredagen den 26 november

Vego korvstroganoff med ris (S,B,M)
Fiskgryta med aioli och kokt potatis (Ä,F)
Shakshuka med pitabröd (Ä,G)
Fisk med äggsås och potatismos (F,L,Ä,)
Linsoppa med hembakat bröd (G,M)

Vecka 48

Måndagen den 29 november
Tisdagen den 30 november
Onsdagen den 1 december
Torsdagen den 2 december
Fredagen den 3 december

Grönkålpasta (G, M)
Bakad potatis med laxröra (F,Ä,)
Grönsaks och bönbiffar, salsa och potatis i ugn (B,G)
Latkes (M,G,Ä)
Grön ärtsoppa med hembakat bröd (M,G)

*B= Baljväxter, F=fisk, G= Gluten, L=Laktos, M=Mjölprotein, S=Soja, Ä=Ägg.

Smaklig spis!

önskar Sofie, Jonathan, Svetlana, Jessica och Bruno



Med ev reservationer för ändringar