



Matsedel

9 september – 4 oktober 2024

Vecka 37

Måndagen den 9 september
Tisdagen den 10 september
Onsdagen den 11 september
Torsdagen den 12 september
Fredagen den 13 september

Bakad potatis med laxröra (F,M)
Bön och linsgryta med ris (B)
Ugnspannkaka med sylt (L,Ä,G)
Fiskgratäng, kokt potatis (F,M,G)
Tacosoppa med nachoströssel, surdegsbröd (G,M)

Vecka 38

Måndagen den 16 september
Tisdagen den 17 september
Onsdagen den 18 september
Torsdagen den 19 september
Fredagen den 20 september

Fylld ravioli med färsk tomatsås (F,M)
Torskbitar med wokade grönsaker, risnudlar (F,S)
"Korv"stroganoff med ris (S,M)
Poke bowl med grönsaker, lax och tonfisk (B,M,G)
Kålsoppa med hembakt bröd(M,G)

Vecka 39

Måndagen den 23 september
Tisdagen den 24 september
Onsdagen den 25 september
Torsdagen den 26 september
Fredagen den 27 september

Makaroner med ostsås (G,L)
Stekt tofu med grönsaker, ris och sötsur sås (S)
Chili sin carne med klyftpotatis och gräddfil (,B)
Lax i ugn med kokt potatis och örtsås (F,G,Ä)
Potatis och blomkålsoppa, surdegsbröd (M,G)

Vecka 40

Måndagen den 30 september
Tisdagen den 1 oktober
Onsdagen den 2 oktober
Torsdagen den 3 oktober
Fredagen den 4 oktober

Zucchinifrittata med grönsaksris (Ä)
Marockansk fiskgryta, couscous (F,G)
"Kyckling"soppa med challe (S)
STÄNGT
STÄNGT

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

Smaklig spis!

önskar Sofie, Jonathan, Svetlana, Madde och Åsa



Med ev reservationer för ändringar