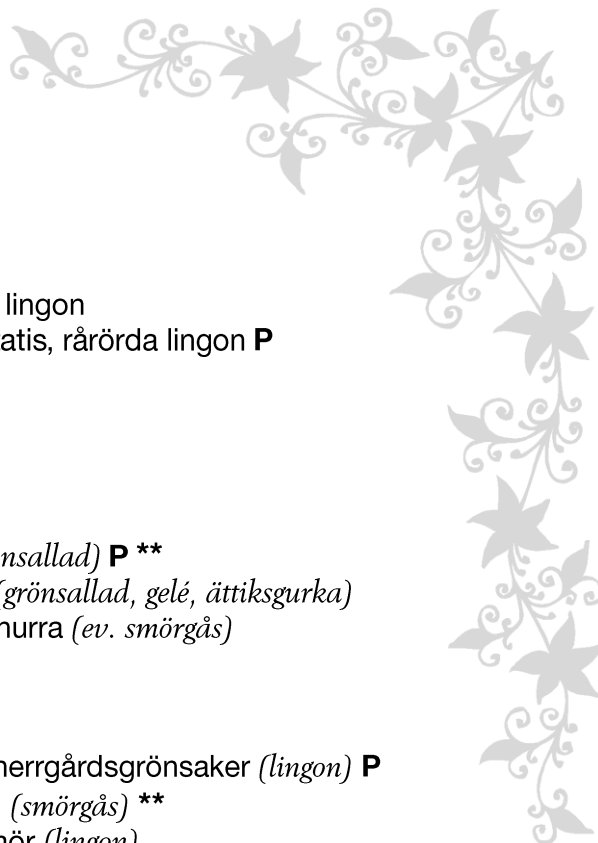




HELSINGBORG

Matsedel vecka 39

Kungshult



Måndag den 21 september

Dagens lunch: Äggkakaka med stekt fläsk och rårörda lingon

Dagens alternativ: Stekt salt sill med löksås, kokt potatis, rårörda lingon **P**

Dagens gröna: Äggkakaka med stekt kapris, champinjoner och lök, rårörda lingon ******

Dessert: Hallonkräm (*gräddmjölk*)

Tisdagen den 22 september *D-vitaminsdagen*

Dagens lunch: "Lax från Jörn", kokt potatis, ärtor (*grönsallad*) **P ****

Dagens alternativ: Höstlig viltgryta med kokt potatis (*grönsallad, gelé, ättiksgurka*)

Dagens gröna: Krämig svampsoppa med smördegssnurra (*ev. smörgås*)

Dessert: Kaffekräm

Onsdagen den 23 september

Dagens lunch: Köttbullar med brunsås, kokt potatis, herrgårdsgrönsaker (*lingon*) **P**

Dagens alternativ: Fisksoppa med citron & örter, aioli (*smörgås*) ******

Dagens gröna: Vegetariska kroppkakor med skirat smör (*lingon*)

Dessert: Inlagda persikor (*glass eller vispad grädde*)

Torsdagen den 24 september

Dagens lunch: Krämig broccolisoppa med hembakt bröd (*pålägg*) ******

Alternativ: Kycklingdrumsticks, rostad rotfruktsblandning, mango chutney sås

Dagens gröna: Krämig broccolisoppa med hembakt bröd (*pålägg*)

Dessert: Blåbärspaj med vaniljsås

Fredagen den 25 september *Äpplets dag*

Dagens lunch: Äppelpäckad fläskkarré med cidersås, brysselkål & äppelklyftor, kokt potatis (*grönsallad*) **P**

Dagens alternativ: Nötfärslasagne, dressing på saltorkad tomat (*grönsallad*)

Dagens gröna: Quornfilé med äppeltäcke, cidersås, brysselkål & äppelklyftor, kokt potatis

Dessert: Fyriskaka (*lättvispad grädde*)

Lördagen den 26 september

Dagens lunch: Fiskgratäng med blomkålstäcke, kokt potatis, grönsaker **P ****

Dagens alternativ: Kåldolmar med kokt potatis, brunsås, grönsaker (*lingon*)

Dagens gröna: Vegetariska dolmar med kokt potatis, brunsås, grönsaker (*lingon*)

Dessert: Glass (*strössel, sås, marängar eller bär*)

Söndag den 27 september

Dagens lunch: Skinkstek med svartvinbärssås, kokt potatis, pressgurka (*gelé*) **P**

Dagens alternativ: Kycklinglårfilé, svartvinbärssås, kokt potatis, pressgurka (*gelé*)

Dagens gröna: Grönkål- och palsternackspuckar, svartvinbärssås, kokt potatis, pressgurka (*gelé*) ******

Dessert: Chokladpudding med mandarinklyftor (*vispad grädde*)



HELSINGBORG

Matsedel vecka 39

Kungshult

Måndagen den 21 september

Kvällsmat: Prinskorv med spenatstuvning, kokt potatis(*ägghalva*) **P**

Kvällens enkla: Risgrynsgröt (*mjölk, kanel, smörgås*) **

Tisdagen den 22 september

Kvällsmat: Ugnsomelett med sparris-stuvning (*grönsallad*) **

Kvällens enkla: Skärgårdssill med kokt potatis **P**

(*kokt ägg, kavring, lagrad ost*)

Onsdagen den 23 september

Kvällsmat: Kyckling- och grönsakswok med ris

Kvällens enkla: Potatis- och purjolökssoppa (*smörgås*) **

Torsdagen den 24 september

Kvällsmat: Skinkfrestelse (*grönsallad*) **

Kvällens enkla: Parisare (= *rosta formbrödet, lägg på färsbiff och stekt ägg*)

Garnera med ketchup, ättiksgurka)

Fredagen den 25 september

Kvällsmat: Kallskuret med rotfruktsgratäng (*grönsallad*)

Kvällens enkla: Ostbricka med tre sorters ost, hemgjord äpplechutney

(*kex, bröd, druvor, oliver*)

Lördagen den 26 september

Kvällsmat: Tomat- och lökpaj med pestocremé (*grönsallad*) **

Kvällens enkla: Kalla köttbullar med rödbetssallad (*bröd, garneringsgrönsaker*)

Söndagen den 27 september

Kvällsmat: Vegetarisk moussaka med vitlökssås (*grönsallad*) **

Kvällens enkla: Stekt inlagd sill med picklad lök (*bröd, garneringsgrönsaker*)

VECKANS RÖRA: Kyckling mangoraija

Går att beställa måndag, onsdag, fredag. Passar fint att göra matiga smörgåsar på, alternativt aptitretare eller mellanmål.

Potatismos går att beställa extra till alla måltider

P = extra kokt potatis går att beställa extra

****** = lätt-att-tugga alternativ

*För information om köttets ursprungsland,
se matsedel på Info- TV eller ring tillagningsköket.*