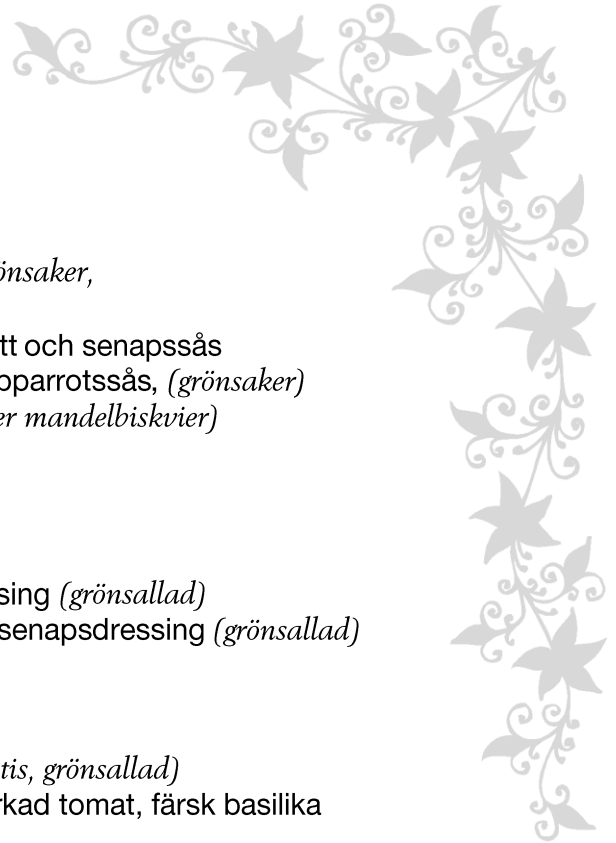




HELSINGBORG

Matsedel vecka 3

Kungshult



Måndagen den 17 januari

Dagens: Köttkorv med pepparrotssås, (*kokt potatis, grönsaker, ev. extra pepparrot*) **

Dagens alternativ: Rimmad oxbringa med rotfruktspytt och senapssås

Dagens gröna: Grönsakspuckar med kokt potatis, pepparrotssås, (*grönsaker*)

Dessert: Blåbärssoppa (*lättvispad grädde, maränger eller mandelbiskvier*)

Tisdagen den 18 januari

Dagens: Fiskgratäng toppad med champinjonsås, potatismos och rivna morötter **

Dagens alternativ: Skink- och spenatpaj, senapsdressing (*grönsallad*)

Dagens gröna: Hemmagjorda ostgratinerade crêpes, senapsdressing (*grönsallad*)

Dessert: Änglamat

Onsdag den 19 januari

Dagens lunch: "Kunglig" kycklinggryta med (*kokt potatis, grönsallad*)

Dagens alternativ: Pastagrätäng med vegofärs, saltorkad tomat, färsk basilika (*grönsallad, dressing*)

Dagens gröna: Vegetarisk kunglig gryta med (*kokt potatis, grönsallad*)

Dessert: SkogsbärskräM (*gräddmjölk*)

Torsdagen den 20 januari

Dagens lunch: Skånsk vitkålssoppa med fläskkorv, hembakt bröd (*pålägg*) **

Dagens alternativ: Portergröta med (*kokt potatis, kokta grönsaker, ättiksgurka*)

Dagens gröna: Vegetarisk skånsk vitkålssoppa, grönsaksfrikadeller, hembakt bröd (*pålägg*)

Dessert: Falsk kalvdans (*lättvispad grädde, sylt*)

Fredagen den 21 januari

Dagens lunch: Laxpudding med skirat dillsmör, (*kokta grönsaker*) **

Dagens alternativ: Fläkschnitzel med bearnaisesås, klyftpotatis (*grönsallad*)

Dagens gröna: Bönpudding, bearnaise, klyftpotatis (*grönsallad*)

Dessert: Kungshults chokladkräm

Lördagen den 22 januari

Dagens lunch: Kycklinglårfilé med rostade rotfrukter, rosépepparsås, (*vaxbönor*)

Dagens alternativ: Färsbiffar, rosépepparsås, rostade rotfrukter, (*vaxbönor*) **

Dagens gröna: Broccoli-puckar, rosépepparsås, rostade rotfrukter, (*vaxbönor*)

Dessert: Hallonkräm (*gräddmjölk*)

Söndagen den 23 januari

Dagens lunch: Tjälknöl på skinkstek, "vild gräddsås" med smak av enbär och svartvinbär, potatisgratäng, (*morötter, gelé*)

Dagens alternativ: Grekisk gratäng med linser- och aubergine, tomat- och dilltatziki (*grönsallad*)

Dagens gröna: Grekisk gratäng med linser- och aubergine, tomat- och dilltatziki (*grönsallad*)

Dessert: Nyponpannacotta



HELSINGBORG

Matsedel vecka 3

Kungshult

Måndagen den 17 januari

Kvällens enkla: Apelsinris (*matig smörgås*) **

Kvällsmat: Höstgrönsakssoppa med kallskuret (*bröd*)

Tisdagen den 18 januari

Kvällens enkla: Klassisk fruktkompott (*gräddmjölk, matig smörgås*) **

Kvällsmat: Ugnsomelett med sparrisstuvning (*grönsallad*)

Onsdagen den 19 januari

Kvällens enkla: Blomkålssoppa (*matig smörgås*) **

Kvällsmat: Potatisbullar med äppelfläsk (*lingon*)

Torsdagen den 20 januari

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

Kvällsmat: Kycklingprinskorv med stuvade ärtor- och morötter, (*kokt potatis*)

Fredagen den 21 januari

Fredagssmörgås: Rökt skinka med mimosasallad (*bröd, garneringsgrönsaker*)

Kvällsmat: Husets färsfrestelse (*grönsallad*) **

Lördagen den 22 januari

Kvällens enkla: Två sorters sill med (*kokt potatis, kokt ägg, kavring, lagrad ost*) **

Kvällsmat: Broccoli- och skinksås (*pasta, grönsallad*)

Söndagen den 23 januari

Kvällens enkla: Bakad potatis med ishavsröra (*grönsallad*) **

Kvällsmat: Hamburgare med bröd, dressing, chips (*sallad, tomatskivor, rödlök*)

Beställ potatismos till de som önskar

Veckans röra: Ishavsröra

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

Kvällsmatsalternativet går att beställa som vegetariskt alternativ

Potatismos går att beställa extra till alla måltider

** = lätt-att-tugga alternativ