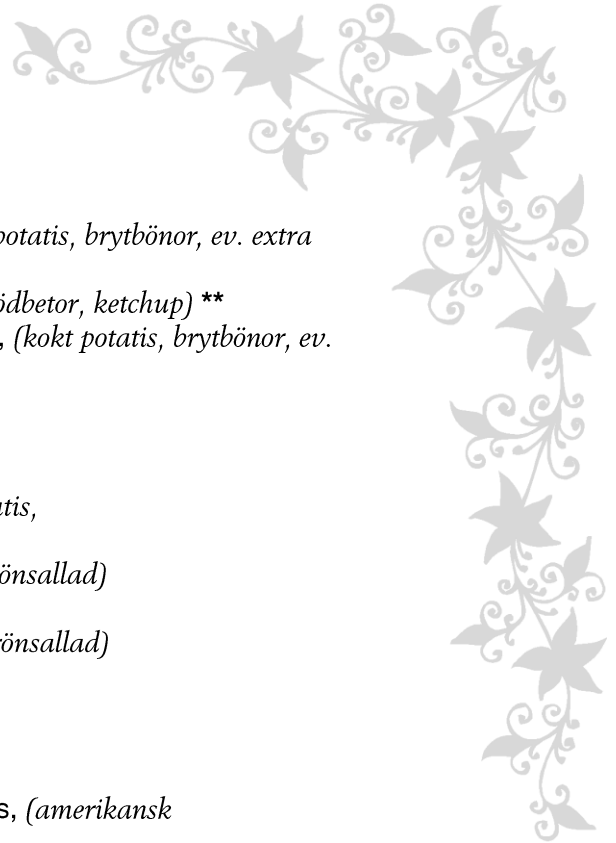




HELSINGBORG

Matsedel vecka 6

Kungshult



Måndagen den 7 februari

Dagens lunch: Biff a´ la Lindström med gräddsås, (kokt potatis, brytbönor, ev. extra rödbetor och ättiksgurka)

Dagens alternativ: Gräddstuvad oxpytt med (stekt ägg, rödbetor, ketchup) **

Dagens gröna: Grönsakspuck a´ la Lindström, gräddsås, (kokt potatis, brytbönor, ev. extra rödbetor och ättiksgurka)

Dessert: Lingonfromage (garnera gärna med frysta lingon)

Tisdagen den 8 februari

Dagens lunch: Lutfisk med skånsk senapssås, (kokt potatis, ärtor, ev. extra senap) **

Dagens alternativ: Kyckling Flygande Jakob med (ris, grönsallad)
Obs, jordnötter vid sidan om!

Dagens gröna: Vegetarisk "Flygande Jacob" med (ris, grönsallad)
Obs, jordnötter vid sidan om!

Dessert: Persikohalvor (vispad grädde eller glass)

Onsdagen den 9 februari

Dagens lunch: Fyllt ugnsbakad falukorv med potatismos, (amerikansk grönsaksblandning, ketchup, senap) **

Dagens alternativ: Kycklingstroganoff
med (kokt potatis, amerikansk grönsaksblandning, grönsallad)

Dagens gröna: Fyllda paprikor, bulgur, myntayoghurt (grönsallad)

Dessert: Skogsbärskräm (gräddmjölk)

Torsdagen den 10 februari

Dagens lunch: Morots- och ingefärssoppa med ärtcrème, gröna grönsaker (smörgås) **

Dagens alternativ: Kasslergratäng med spenatsås, potatismos, gröna grönsaker

Dagens gröna: Morots- och ingefärssoppa med ärtcrème, gröna grönsaker (smörgås)

Dessert: Ananaspaj med vispad crème fraiche

Fredagen den 11 februari

Dagens lunch: Panerad fläkschnitzel med skysås, stekt potatis, (ärtor, citron, ev kapis)

Dagens alternativ: Strömmingslåda med pepparrot, (kokt potatis, ärtor) **

Dagens gröna: Quornschnitzel med skysås, stekt potatis, (ärtor, citron, ev. kapis)

Dessert: Glass med chokladsås (maränger, rån)

Lördagen den 12 februari

Dagens lunch: Fiskgryta med fänkål och saffran, (kokt potatis, bröd) **

Dagens alternativ: Medelhavslasagnette med vitlöksdressing (grönsallad)

Dagens gröna: Medelhavslasagnette med vitlöksdressing (grönsallad)

Dessert: Äppelkräm med smak av kanel (gräddmjölk)

Söndagen den 13 februari

Dagens lunch: Benfria revbensspjäll med rödkål, skysås
(kokt potatis, gelé eller äppelmos)

Dagens alternativ: Indisk kalkongryta med (basmatiris, grönsallad)

Dagens gröna: Marinerad quorn, rödkål, skysås
(kokt potatis, gelé eller äppelmos)

Dessert: Kolamousse med vaniljdoftande blåbär



HELSINGBORG

Matsedel vecka 6

Kungshult

Måndagen den 7 februari

Kvällens enkla: Risgrynsgröt med saftsås (*alt mjölk, kanel + smörgås*) **

Kvällsmat: Jansson Frestelse (*kokt ägg, kavring, lagrad ost*)

Tisdagen den 8 februari

Kvällens enkla: Grönkålssoppa med miniostpaj (*smörgås, kokt ägg*) **

Kvällsmat: Potatisbullar med bacon- och lökfräs (*lingon*)

Onsdagen den 9 februari

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

Kvällsmat: Fläskpannkaka (*lingon*)

Torsdagen den 10 februari

Kvällens enkla: Blåbärskräm (*gräddmjölk + smörgås*) **

Kvällsmat: Fiskbullar i dillsås med riven morot (*kokt potatis*)

Fredagen den 11 februari

Fredagssmörgås: Laxmacka (*garneringsgrönsaker, ev kokt ägg*)

Kvällsmat: Tacopaj med majssalsa och nachos (*grönsallad*)

Lördagen den 12 februari

Kvällens enkla: Mannagrynspudding med russin (*sylt, smörgås*) **

Kvällsmat: Midvintergratäng med (*kokt potatis, grönsallad*)

Söndagen den 13 februari

Kvällens enkla: Kall rostbiff med potatissallad (*grönsallad, bröd*)

Kvällsmat: Nötfärs- och kålsoppa (*smörgås*)

Veckans röra: Laxröra

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