



Matsedel för matdistribution Maj 2024

NAMN: _____

- H = Grov paté:** Lättuggade och lätt svalda rätter. T.ex. fisk, fårs och korv serveras hela. Helt kött serveras i slät konsistens.
- T = Timbal kost:** Vid tugg- och sväljsvårigheter, bräck eller förträngningar i matstrupen. Alla rätter har slät konsistens.
- E = Energi o proteinrik kost:** Mindre portion vid nedsatt aptit. Mängden protein och fett är densamma som en normalstor portion, men mängd kolhydrater har minskats.
- LF = Laktosfri kost**
- GF = Glutenfri kost**

Matsedeln ska lämnas in senast 18 April

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
(7)Ons 1/5	Matjessill*, gräddfilssås*, ägg, potatis, sallad		Marinerad fläskfilé*, BBQsås*, potatisgratäng, grönsaker	
Tors 2/5	Redd Grönsakssoppa*, Ugnspannkaka m jordgubbssylt		Isterbandslåda*, grönsaker, rödbetor	
Fre 3/5	Kycklinginnerfilé, navets bea, ris, grönsaker		Järpar*, champinjonsås*, potatis, grönsaker	
Lör 4/5	Kassler, stuvade grönsaker*, potatis, grönsaker		Spansk köttgryta*, potatis, grönsaker	
Dessert	Mazarinkaka*			
Sön 5/5	Smögen fiskgratäng*, potatismos, grönsaker		Stek, pepparsås*, potatisgratäng, grönsaker	
(1) Mån 6/5	Pastasås m kycklingkorv*, pasta, grönsaker		Potatis & köttfärlåda*, grönsaker	
Tis 7/5	Panerad torsk, remouladsås* KALL, potatis, grönsaker		Bogfläskgryta m vitkål/äpple*, potatis, grönsaker	
Ons 8/5	Chili con carne*, ris, grönsaker		Pölsa*, potatis, rödbetor, grönsaker	
Tors 9/5	Gravad lax, hovmästarsås*, potatis, sallad		Kycklingfilé, paprikasås*, stekt potatis, grönsaker	
Fre 10/5	Lantsoppa*, Pitekaka* m vaniljsås		Biff stroganoff*, ris, grönsaker	
Lör 11/5	Fiskgratäng Norrland*, potatismos, grönsaker		Skinkstek, portersås*, potatisgratäng, grönsaker	
Dessert	Kladdkaka m vispgrädde			
Sön 12/5	Raggmunkar, baconröra m rödlök* KALL, lingonsylt		Wallenbergare*, stuvade ärtor*, stekt potatis, grönsaker	
(2)Mån 13/5	Köttfärssås*, pasta, grönsaker		Kalops*, potatis, rödbetor, grönsaker	

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
Tis 14/5	Fisk Homburg*, sås*, potatismos, grönsaker		Prinskorv, stuvade morötter*, potatis, grönsaker	
Ons 15/5	Köttbullar, brunsås*, potatis, grönsaker		Kokt torsk, äggsås*, potatis, grönsaker	
Tors 16/5	Krämig kycklingsoppa*, Bärpaj* m vaniljsås		Leverbiff, gräddsås*, potatis, lingonsylt, grönsaker	
Fre 17/5	Schnitzel, navets bea*, stekt potatis, grönsaker		Gryta a la Navet*, potatis, grönsaker	
Lör 18/5	Köttkorv, senapssås*, potatis, grönsaker		Schweitzerfärs*, brunsås*, potatis, grönsaker	
Dessert	Klappkräm*			
Sön 19/5	Janssons frestelse*, ägg, grönsaker		Kycklingfilé, dragonsås*, potatisgratäng, grönsaker	
(3)Mån 20/5	Korv Stroganoff*, ris, grönsaker		Pannbiff, brynt lök, brunsås*, potatis, grönsaker	
Tis 21/5	Sej panett, tartarsås*, potatis, grönsaker		Pepparrotskött*, potatis, grönsaker	
Ons 22/5	Göingesoppa*, Mannagrynskaka* m saftsås		Stekt strömming*, sandefjords- sås* KALL, potatismos, grönsaker	
Tors 23/5	Bloodpudding, skink&baconfräs* lingonsylt		Korv & rotsaksgryta*, potatis, grönsaker	
Fre 24/5	Grekiska färsrutor*, tzatsiki*, potatis, grönsaker		Viltskavsgryta*, potatismos, lingonsylt, grönsaker	
Lör 25/5	Bondomelett*, örtsås* KALL, grönsaker		Fläskfilé, rödvinssås*, potatisgratäng, grönsaker	
Dessert	Rulltårtsbakelse*			
Sön 26/5	Fiskgratäng m räkor*, potatismos, grönsaker		Fransk kycklinggryta*, potatis, grönsaker	
(4)Mån 27/5	Kyckling wok*, pasta, grönsaker		Fiskgratäng Tomatino*, potatismos, grönsaker	
Tis 28/5	Ängsbiff, sambalsås* KALL, potatis, grönsaker		Levergryta*, potatis, lingonsylt, grönsaker	
Ons 29/5	Fisk i Hollandaisesås*, pasta, grönsaker		Köttbullar, gräddsås*, potatis, grönsaker	
Tors 30/5	Köttsoppa*, äppelkaka* m vaniljsås		Kött & mospudding*, brunsås*, inlagd gurka	
Fre 31/5	Lasagne*, grönsaker		Flygande Jacob m kassler*, ris, grönsaker	

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

En * bakom maträtten betyder att rätten är tillagade av kockarna på Navet.
Frågor om allergent innehåll kommuniceras med produktionsköket