



Härnösands
kommun

Kostenheten Marie Holmberg
Produktionsköket Navet
Telefon: 0611-348670



Matsedel för gruppboende, Oktober 2020

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
(2)Tors 1/10	Färsbiff, sambalsås* (potatis)		Fisksoppa m saffran* Blåbärspaj* (vaniljsås)	
Fre 2/10	Kycklinggratäng* (ris)		Portergryta* (stekt potatis)	
Lör 3/10	Kokt torsk, äggsås* (potatis)		Schweitzerfärs*, gräddsås* (potatis)	
Dessert	Plommonkompott* (grädde)			
Sön 4/10	Raggmunkar, baconröra med rödlök* KALL		Tjälknöl*, rödvinssås* (potatisgratäng)	
(3)Mån 5/10	Köttfärssås* (pasta)		Prinskorv, stuvade morötter* (potatis)	
Stoppdatum torsdag 17/9 kl 08.00				
Tis 6/10	Kökets fiskgratäng* (potatismos)		Pölsa* (potatis, rödbetor)	
Ons 7/10	Kebabgryta*, vitlöksdressing* (ris)		Stekt sill, löksås* (potatis)	
Tors 8/10	Klar grönsakssoppa* Tunnpannkaka (sylt)		Kasslergryta* (potatis)	
Fre 9/10	Kycklingpannbiff, gräddsås* (potatis)		Pulled Pork, BBQ-sås* (stekt potatis)	
Lör 10/10	Bondomelett*, örtsås*		Rosépeppargryta* (potatis)	
Dessert	Jordgubbscheecake			
Sön 11/10	Viltkryddad färsbiff*, gräddsås* (stekt potatis)		Plommonspäckad karré, skysås* (potatisgratäng)	
(4)Mån 12/10	Texmex kyckling* (pasta)		Fläskkorv, senapssås* (potatismos)	
Stoppdatum torsdag 24/9 kl 08.00				
Tis 13/10	Minestrone-soppa* Risgrynspudding*, saftsås*		Kycklingpanna* (pasta)	
Ons 14/10	Korvgryta m äpple & curry* (potatis)		Fiskgratäng m citron*, dillsås* (potatismos)	
Tor 15/10	Lasagne*		Höstgryta* (potatis)	
Fre 16/10	Panerad torsk, remouladsås* (potatis)		Flygande Jakob m kyckling* (ris)	
Lör 17/10	Ugnsstekt falukorv* (potatismos)		Jägarfärs*, enbärssås* (potatis)	

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
Dessert	Kladdkaka* (vispgrädde)			
Sön 18/10	Orientalisk grönsakspaj*, örtsås* KALL		Gräddkokta kotletter* (potatisgratäng)	
(5)Mån 19/10	Pastasås med kyckling* (pasta)		Köttsoppa* Äppelpaj* (vaniljsås)	
Stoppdatum torsdag 1/10 kl 08.00				
Tis 20/10	Isterbandslåda* (rödbetor)		Kåldolmar, gräddsås* (potatis, lingonsylt)	
Ons 21/10	Navets biffar*, mangosås*KALL (potatis)		Fläksås* (paltbröd/potatis)	
Tors 22/10	Fiskgratäng Tomatino* (potatismos)		Kalops* (potatis, rödbetor)	
Fre 23/10	Kycklinginnerfile, currysås* (ris)		Chorizogryta* (potatis)	
Lör 24/10	Skink- & broccoligratäng* (potatis)		Järpar*, grekisk tomatsås* (stek potatis)	
Dessert	Piteåkaka med bär*			
Sön 25/10	Potatis o köttfärslåda*		Himmelsk fläskfilégryta* (potatisgratäng)	
(6)Mån 26/10	Skinksås* (potatis)		Pepparrotskött* (potatis)	
Stoppdatum torsdag 8/10 kl 08.00				
Tis 27/10	Panerad fisk, Karl Alfredsås* KALL (potatis)		Kycklinglevergryta* (potatis)	
Ons 28/10	Göingesoppa* Mannagrynskaka*, saftsås*		Gräddstuvad pytt i panna* (ägg, rödbetor)	
Tors 29/10	Kycklingwok* (pasta)		Stekt strömming, dillsås* (potatismos)	
Fre 30/10	Köttbullar*, brunsås (potatis)		Sjömansbiff*, skysås	
Lör 31/10	Stekt lax, dill/citronsås* (potatis)		Kycklingfilé, paprikasås* (potatisgratäng)	
Dessert	Prinsessbakelse			

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

En * bakom maträtten betyder att den är tillagad av kockarna på Navet.

Tillbehöret inom parentes är endast ett förslag på vad som passar till maträtten,
ex (ris).

Dessert finns att beställa på lördagar för 11 kr/portion.