

Matsedel för matdistribution Augusti 2017

NAMN: _____

- H = Grov paté:** Lättuggade och lättsvalda rätter. T.ex. fisk, färs 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:** En mindre portion, med bibehållet näringsintag. När aptiten Är dålig eller energibehovet ökat.
- LF = Laktosfri kost**
- GF = Glutenfri kost**
- LV = Lakto Vegetarisk kost**



Smaklig måltid!

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal	Dessert
Tis 1/8	Köttfärssås*, pasta, grönsaker		Falukorv, stuvade morötter*, potatis, grönsaker		
Ons 2/8	Kycklingragu*, stekt potatis, grönsaker		Minestrone-soppa*. Blåbärspaj*, vaniljsås		
Tors 3/8	Pannbiff, brunsås*, brynt lök*, potatis, grönsaker		Lövbiffgryta*, ris, grönsaker		
Fre 4/8	Kycklingfilé, äppelcreme fraiche*, stekt potatis, grönsaker		Havets laxsås*, pasta, grönsaker		
Lör 5/8	Sparrissoppa*, Kesokaka*, sylt		Ugnsstekt kotlett i gräddig sås*, potatisgratäng, grönsaker		Äppelkompott*
Sön 6/8	Strömmingslåda med senap*, potatismos, grönsaker		Wallenbergare*, örtsmör*, skysås, stekt potatis, grönsaker		
Mån 7/8	Pastasås med kyckling*, pasta, grönsaker		Prinskorv, senapssås*, potatismos, grönsaker		
Tis 8/8	Potatisbullar, baconfräs, grönsaker		Fiskgratäng med dragon*, potatis, grönsaker		
Ons 9/8	Kött & mospudding*, brunsås*, grönsaker		Fläksås*, paltbröd, grönsaker		
Tors 10/8	Ugnsstekt fisk*, tartarsås*, potatismos, grönsaker		Ärtsoppa*. Tunnpannkaka, sylt		
Fre 11/8	Kyckling, sötsur sås*, ris, grönsaker		Gryta a la Navet*, stekt potatis, grönsaker		
Lör 12/8	Fiskgryta*, potatis, grönsaker		Fläskfilé, pepparsås*, potatisgratäng, grönsaker		Cheesecake
Sön 13/8	Skaldjursröra*. Västerbottenpaj*, grönsaker		Kycklingfilé, örtsås*, stekt potatis, grönsaker		
Mån 14/8	Göingesoppa*. Äppelpaj*, vaniljsås		Viltskavsgryta*, potatismos, grönsaker		
Tis 15/8	Panerad fisk, citronsås* (kall), potatismos, grönsaker		Isterband, stuvad potatis*, grönsaker		
Ons 16/8	Pastasås med korv*, pasta, grönsaker		Kålpudding*, brunsås*, potatis, grönsaker		
Tor 17/8	Äppelfläsk*, löksås*, potatis, grönsaker		Kyckling, currysås*, ris, grönsaker		

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal	Dessert
Fre 18/8	Kött-& grönsaksgryta*, vitlökssås* (kall), ris, grönsaker		Kassler, potatissallad*, grönsaker		
Lör 19/8	Kaviarströmming*, potatismos, grönsaker		Schweizerfärs*, kantarellsås*, stekt potatis, grönsaker		Äppel & kanelkaka*
Sön 20/8	Kokt skinka, mimosasallad*, potatis, grönsaker		Fiskgratäng Norrland*, potatis, grönsaker		
Mån 21/8	Färsbiff, sambalsås* (kall), potatismos, grönsaker		Dillkött*, potatis, grönsaker		
Tis 22/8	Fransk kycklinggryta*, stekt potatis, grönsaker		Gräddstuvad pytt i panna*, ägg, rödbetor, grönsaker		
Ons 23/8	Stekt sill, löksås*, potatis, grönsaker		Köttssoppa*. Hembakat mjukt bröd*		
Tors 24/8	Köttbullar, gräddsås*, potatismos, grönsaker		Korvgryta med äpple och curry*, potatis, grönsaker		
Fre 25/8	Rökt skinka, blomkålsgratäng*, potatis		Fiskbiffar*, dillsås* (varm), potatismos, grönsaker		
Lör 26/8	Örtkryddad leverstuvning*, vitkålslingon, potatis, grönsaker		Kycklingfilé, grönpepparsås*, potatisgratäng, grönsaker		Chokladkräm*
Sön 27/8	Kalops*, potatis, grönsaker		Laxpudding*, dillsås*, grönsaker		
Mån 28/8	Köttfärssås*, pasta, grönsaker		Köttkorv, pepparrotssås*, potatismos, grönsaker		
Tis 29/8	Panerad fisk, tartarsås* (kall), potatismos, grönsaker		Redd Grönsakssoppa* Risgrynspudding*, saftsås*		
Ons 30/8	Järpar*, gräddsås*, stekt potatis, grönsaker		Kassler, potatissallad*, grönsaker		
Tors 31/8	Pölsa*, potatis, grönsaker		Biff stroganoff*, ris, grönsaker		

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

Om ni har frågor som gäller beställning, leverans eller dylikt kontakta:
Margaretha Westin, tel. 0611-348038, nås säkrast 07.30-08.30.

OBS! ev. ändringar av beställningar ska ske senast två vardagar innan, kl. 9.00

En * bakom maträtten innebär att rätten är "hemlagad".

Chokladkaka

Vill ni beställa en dessert på lördagar för 13 kr, så ringar ni in rutan.

Matsedeln ska lämnas in senast måndag den 15 juli.