

2015-03-02

Matsedel för matdistribution April 2015



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**
- Mjöl= Mjölproteinfri kost**
- GF = Glutenfri kost**
- LV = Lakto Vegetarisk kost**

Smaklig måltid!

Datum	Alternativ 1	Antal	Alternativ 2	Antal	Dessert
Ons1/4	Göingesoppa*. Ugnspannkaka, sylt		Biff stroganoff*, ris, grönsaker		
Tors2/4	Prinskorv, stuvad spenat*, potatis, grönsaker		Paj med skaldjursstuvning*, grönsaker		
Fre 3/4	Påskskinka, broccoligratäng*, potatis, grönsaker		Lax, romsås*, potatis, grönsaker		
Lör 4/4	Inlagd sill, senapssill, hummer & äppelsill*, ägg, potatis. Påskbakelse		Fläskfilé, dragonsås*, stekt potatis, grönsaker. Påskbakelse		
Sön5/4	Stekt kycklingfilé, citronsås*, stekt potatis, grönsaker		Lammstek, pepparsås*, potatisgratäng, grönsaker		
Mån 6/4	Gravad och kallrökt lax, hovmästarsås, syrad gurka, potatis, grönsaker		Köttbullar, brunsås*, potatismos, grönsaker		
Tis 7/4	Potatisbullar, bacon/skinkfräs, sylt, grönsaker		Grönsakslasagne*, grönsaker		
Ons8/4	Pastasås med kyckling*, pasta, grönsaker		Kalops*, potatis, grönsaker		
Tors 9/4	Falukorv, stuvad vitkål*, potatis, grönsaker		Fiskgratäng Tomatino*, potatismos, grönsaker		
Fre 10/4	Köttfärslimpa*, gräddsås*, potatis, grönsaker		Kroppkakor*, smör, lingonsylt, grönsaker		
Lör 11/4	Laxpudding*, dillsås*, grönsaker		Kyckling, sambalsås*, potatisgratäng, grönsaker		Choklad kaka*, grädde
Sön12/4	Ugnsstekt korv med tomat och gurka*, potatismos, grönsaker		Spansk köttgryta*, ris, grönsaker		
Mån 13/4	Navets pastasås*, pasta, grönsaker		Isterband, stuvad potatis*, grönsaker		

Datum			Antal	Dessert
Tis 14/4	Ugnsstekt fisk*, senap & gräslökssås*, potatismos, grönsaker	Raggmunkar, bacon/skinkfräs, sylt, grönsaker		
Ons 15/4	Kyckling, currysås*, ris, grönsaker	Kålpudding*, brunsås*, sylt, potatis, grönsaker		
Tors 16/4	Pastagrätäng*, grönsaker	Gulaschsoppa*. Risgrynskaka*, saftsås*		
Fre 17/4	Fiskbiffar*, remouladsås*, potatismos, grönsaker	Fläksås*, paltbröd, grönsaker		
Lör 18/4	Janssons frestelse*, ägg. Grönsaker	Ugnsstekt kotlett, dragonsås*, potatisgrätäng, grönsaker		Plpmmon kompott*, grädde
Sön 19/4	Korvgryta med rotsaker*, potatis, grönsaker	Kalvjärpar*, enbärssås*, stekt potatis, grönsaker		
Mån 20/4	Köttfärssås*, pasta, grönsaker	Kycklinggryta Bourgogne*, ris, grönsaker		
Tis 21/4	Torskpanett, tartarsås*, potatismos, grönsaker	Leverbiff*, gräddsås*, potatis, grönsaker		
Ons 22/4	Pastasås med kyckling*, pasta, grönsaker	Gräddstuvad pytt i panna, rödbetor, grönsaker		
Tors 23/4	Grekisk biff*, Tzatziki*, stekt potatis, grönsaker	Fläskkorv, senapssås*, potatis, grönsaker		
Fre 24/4	Fläskpannkaka, sylt, grönsaker	Göingesoppa* Navets paj*, vaniljsås		
Lör 25/4	Kokt torsk, äggsås*, potatis, grönsaker	Fransk kycklinggryta*, stekt potatis, grönsaker		Hallon mousse*
Sön 26/4	Bondomelett*, örtsås*, grönsaker	Rostbiff, herrgårdssås*, potatisgrätäng, grönsaker		
Mån 27/4	Korv stroganoff*, ris, grönsaker	Kökets fiskgrätäng*, potatis, grönsaker		
Tis 28/4	Pasta Carbonara*, pasta, grönsaker	Pepparrotskött*, potatis, grönsaker		
Ons 29/4	Caribisk grönsaksbiff, tacodressing*, stekt potatis, grönsaker	Sekt sill, löksås*, potatis, grönsaker		
Tors 30/4	Kycklingsoppa*, jordgubbspaj, vaniljsås	Förrätt: Kavringstårta. Fläskfilé, grekisk tomatsås*, potatisgrätäng, grönsaker,		

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

Om ni har frågor som gäller beställning, leverans eller dylikt ska ni ta kontakt Margaretha Westin, tel.0611-348038 . Nås säkrast 07.30-08.30. **Ev. ändringar av beställningar ska ske senast två vardagar innan, kl. 9.00** Har ni frågor gällande matsedeln ta kontakt med; Produktionsköket Navets tel. 0611-348670.

En * bakom maträtten innebär att den är "hemlagad". Vill ni beställa en extra dessert på lördagar för 13 kr, så ringar ni in rutan.

Choklad
kaka

Matsedeln ska lämnas in senast den 13 mars.