



Matsedel för matdistribution, september 2019

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**

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
Sön 1/9	Smögenfiskgratäng*, grönsaker, potatismos		Kotlett, paprikasås*, grönsaker, potatisgratäng	
(2)Mån 2/9	Köttfärssås*, grönsaker, pasta		Falukorv, stuvade grönsaker*, potatis	
Tis 3/9	Kycklingwok*, pasta		Kökets fiskgratäng*, grönsaker, potatismos	
Ons 4/9	Färsbiff, sambalsås* KALL, grönsaker, potatis		Pölsa*, grönsaker, potatis, rödbetor	
Tors 5/9	Panerad fisk, remouladsås*, potatis		Redd grönsakssoppa*, Risgrynskaka*, saftsås*	
Fre 6/9	Kycklinggratäng texmex*, grönsaker		Rosepeppargryta*, grönsaker, potatis	
Lör 7/9	Bondomelett*, örtsås*, grönsakeer		Grönsaksbiffar*, champinjonsås*, grönsaker, potatis	
Dessert	Diplomatkräm*			
Sön 8/9	Strömmingslåda med senap*, grönsaker, potatismos		Skinkstek, plommonsås*, grönsaker, potatisgratäng	
(3)Mån 9/9	Pastasås m korv*, grönsaker, pasta		Gräddstuvad pytt i panna*, ägg, grönsaker, rödbetor	
Tis 10/9	Köttsoppa*, Tunnpannkaka, sylt		Kåldolmar, gräddsås*, grönsaker, potatis	
Ons 11/9	Köttgryta*, vitlöksdressing*, grönsaker, ris		Rotsaksgratäng m skinka*, ostsås*, grönsaker	
Tors 12/9	Isterband, stuvad potatis*, grönsaker		Kalops*, grönsaker, potatis, rödbetor	
Fre 13/9	Göingesoppa*, Bärpaj*, vaniljsås		Fiskgratäng m dragon*, grönsaker, potatis	
Lör 14/9	Kalvsylta, rödbetssallad, potatis, tomat		Bogfläskgryta*, grönsaker, potatis	
Dessert	Blåbärspaj*			

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
Sön 15/9	Fiskbiffar*, räksås*, grönsaker, potatismos		Kalkonstek, kantarellsås*, grönsaker, potatisgratäng	
(4)Mån 16/9	Chili con carne*, grönsaker, ris		Potatis & purjolökssoppa* Mannagrynskaka*, saftsås*	
Tis 17/9	Korvgryta m curry och äpple*, grönsaker, potatis		Dillkött*, grönsaker, potatis	
Ons 18/9	Kokt torsk, äggsås*, grönsaker, potatis		Raggmunkar, bacon- & skinkröra m rödlök*, grönsaker	
Tors 18/9	Köttbullar, brunsås*, grönsaker, potatis		Navets pastasås*, grönsaker, pasta	
Fre 20/9	Kycklinggratäng*, grönsaker, ris		Indisk köttgryta*, grönsaker, potatis	
Lör 21/9	Janssonsrestelse*, grönsaker, ägg		Biff Lindström*, gräddsås* , grönsaker, potatis	
Dessert	Ryttarkaka* med vispgrädde			
Sön 22/9	Korv a la Forsell*, grönsaker, potatis		Fläskfilé*, rödlökssås*, grönsaker, potatisgratäng	
(5)Mån 23/9	Köttfärssås*, grönsaker, pasta		Fransk kycklinggryta*, grönsaker, ris	
Tis 24/9	Potatisbullar, skink- & baconfräs*, grönsaker		Fiskgratäng Tomatino*, grönsaker, potatismos	
Ons 25/9	Falukorv, vitabönor, potatis		Lövbiffgryta*, grönsaker, potatis	
Tors 26/9	Navets tacobiffar*, mangosås*, grönsaker, potatis		Gulaschsoppa*, Äppelpaj*, vaniljsås	
Fre 27/9	Kyckling innerfilé, currysås*, grönsaker, ris		Ugnstekt fisk*, stuvad spenat*, potatis	
Lör 28/9	Broccoli- och skinkpaj*, örtsås* KALL		Portergryta*, grönsaker, potatisgratäng	
Dessert	Jordgubbscheesecake			
Sön 29/9	Laxpudding*, dillsås*, grönsaker		Jägarfärs*, skysås*, grönsaker, potatismos	
(6)Mån 30/9	Prinskorv, stuvade morötter*, potatis		Kött- och rotsaksgröta*, grönsaker, potatis	

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".

Matsedeln ska lämnas in senast torsdag den 15 augusti!