



Matsedel för Gruppboende, Juli 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 sväljvårigheter, bräck eller Förträningar 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
(7)Mån 1/7	Carbonara*, pasta, grönsaker		Köttkorv, senapssås*, potatis, grönsaker	
Tis 2/7	Panerad fisk, tartarsås* KALL, potatis, grönsaker		Kött- och mospudding*, brunsås*, grönsaker	
Ons 3/7	Köttsoppa*, Tunnpannkaka, pannkakssylt		Chorizogryta*, potatis, grönsaker	
Tor 4/7	Järpar*, gräddsås*, potatis, grönsaker		Fiskgratäng Norrland*, potatismos, grönsaker	
Fre 5/7	Köttgryta*, vitlöksdressing* KALL, potatis, grönsaker		Krämig kycklingsoppa*, kesokaka* hallonsylt	
Lör 6/7	Ugnstekta korv m tomat & gurka*, potatismos, grönsaker		Kycklinginnerfilé, grönpepparsås* klyft potatis, grönsaker	
Dessert	Mazarinkaka*			
Sön 7/7	Matjessill, gräddfilssås*, potatis, ägg, tomat		Fläskfilé, kantarellsås*, potatisgratäng, grönsaker	
(1)Mån 8/7	Korvstroganoff*, ris, grönsaker		Pannbiff, brunsås*, brynt lök*, stekt potatis, grönsaker	
Tis 9/7	Göingesoppa*, Äppelpaj, vaniljsås		Kycklinglevergryta*, potatis, grönsaker	
Ons 10/7	Kökets fiskgratäng*, potatismos, grönsaker		Portergryta*, potatis, grönsaker	
Tors 11/7	Köttbullar, brunsås*, potatis, grönsaker		Gräddstuvad pytt i panna*, grönsaker, rödbetor, ägg	
Fre 12/7	Kycklinggratäng*, pasta, grönsaker		Fiskgryta*, potatismos, grönsaker	
Lör 13/7	Lappskojs*, persiljesås*, grönsaker		Viltkryddad färsbiff*, skysås*, potatis, grönsaker	
Dessert	Toscapäron*, m vispgrädd			

Datum	Alternativ 1 Lunch	Antal	Alternativ 2 Middag	Antal
Sön 14/7	Smögenfiskgratäng*, potatismos, grönsaker		Kotlett, paprikasås*, potatisgratäng, grönsaker	
(2)Mån 15/7	Köttfärssås*, pasta, grönsaker		Falukorv, stuvade grönsaker*, potatis	
Tis 16/7	Panerad fisk, remouladsås*, potatis, grönsaker		Rosepeppargryta*, potatismos, grönsaker	
Ons 17/7	Kycklingwok*, pasta, grönsaker		Pölsa*, potatis, grönsaker, rödbetor	
Tors 18/7	Korvgryta m äpple och curry*, potatis, grönsaker		Skaldjursoppa*, Risgrynskaka*, saftsås*	
Fre 19/7	Köttfärslimpa*, champinjonsås*, potatis, grönsaker		Kalkongryta*, potatis, grönsaker	
Lör 20/7	Bondomelett*, örtsås*, grönsaker		Grönsaksbiffar*, sötsursås*, potatis, grönsaker	
Dessert	Diplomatkräm *			
Sön 21/7	Stekt inlagd strömming*, gräddfilsås*, potatis, tomat		Skinkstek, plommonsås*, potatisgratäng, grönsaker	
(3)Mån 22/7	Pastasås m korv*, pasta, grönsaker		Kåldolmar, gräddsås*, potatis, grönsaker	
Tis 23/7	Fiskgratäng m dragon*, potatismos, grönsaker		Potatisbullar, skink- & baconfräs*, grönsaker	
Ons 24/7	Minestrone-soppa*, Bärpaj*, vaniljsås		Pepparrottskött*, potatis, grönsaker	
Tors 25/7	Färsbiff, sambalsås*, potatis, grönsaker		Gratinerad falukorv*, potatismos, grönsaker	
Fre 26/7	Kycklinginnerfilé, currysås*, ris, grönsaker		Laxpudding*, dillsås*, grönsaker	
Lör 27/7	Kalvsylta, rödbetssallad, potatis, grönsaker		Bogfläsk gryta*, potatis, grönsaker	
Dessert	Falsk potatisbakelse *			
Sön 28/7	Fiskgratäng m mandel*, sås*, potatismos, grönsaker		Rökt Kalkon, apelsingräddsås*, potatisgratäng, grönsaker	
(4)Mån 29/7	Varmkorv, stuvad spenat*, potatismos		Redd grönsakssoppa* Mannagrynskaka*, saftsås*	
Tis 30/7	Köttbullar, brunsås*, potatis, grönsaker		Kycklingpanna*, potatis, grönsaker	
Ons 31/7	Taco fiskgratäng*, potatismos, grönsaker		Indisk falukorvsgrönsaker*potatis, grönsaker	

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

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

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.