

Meny HT 2017, Vecka 44-48

Det vegetariska
alternativet är alltid
Laktosfritt

Vecka 44 30/10-5/11 HÖSTLOV

Vecka 45 6/11-12/11

Må Fiskgratäng med saltorkad tomat och crème fraiche, Potatis

Fisk, saltorkad tomat, crème fraiche, mjölk, ost, kryddor

Broccoligratäng med potatis

Potatis, broccoli, blomkål, mjölk, margarin, stärkelse, grönsaksbuljong, gräslök, ost, salt, kryddor

Ti Korvpanna med curry, Ris

Korv, mjölk, grädde, curry, paprikapulver, vitlök, ost, köttbuljong

Kebabkryddad bön- och linsgryta, Ris

Bönor, linser, tomatpuré, grädde, mjölk, vitkål, citron, kebabkrydda

On Cowboysoppa, Tortillasticks

Köttfärs, purjolök, morot, palsternacka, selleri, tomatpuré, kebabkrydda, köttbuljong

Marockansk rotfruktsgryta, Yoghurt

Morot, kålrot, rotselleri, palsternacka, purjo, kikärtor, tomat, sambal oelek, vitlök, grönsaksbuljong salt, kryddor

To Ugnspannkaka, Sylt

Ägg, mjölk, mjöl, salt

Kokosgryta med sting, Äggnudlar (mjölkfri)

Kokosgrädde, krossade tomater, lök, curry, kikärtor, spenat, mango chutney, grönsaksbuljong, vitlök, sambal oelek

Fr Kebabsplitgryta, Ris

Kebabskav, gul lök, vitkål, vispgrädde, tormjölk, tomatpuré, citronjuice, salt, kebabkrydda, vitlökspulver, chilipulver, guldkulör

Linscurrygryta med cocos, Ris (mjölkfri)

Gul lök, sambal oelek, vitlök, ingefära, curry, salt, tomatpuré, grönsaksbuljong, kokosgrädde, röda linser, tomater, spenat, blomkål

Vecka 46 13/11-19/11

Må Köttbullar, Makaroner, Brunsås

Potatis- och purjolökssoppa (mjölkfri)

Potatis, grädde, grönsaksbuljong, purjolök, citron, salt,

Ti Pastapytt med kyckling, Vitlöksaioli

Kyckling, morot, kålrot, selleri, paprika, pasta

Majonnäs, vitlök, citron

Veg cowboysoppa (mjölkfri)

Sojafärs, purjolök, morot, palsternacka, selleri, tomatpuré, kebabkrydda, grönsaksbuljong

On Risgrynsgröt

Grönsakswook med bönor, Ris (mjölkfri)

Bönor, vitkål, morot, broccoli, minimajs, vattenkastanj, lök, tomatpuré, vinäger, socker

To 1:2 Varmkorv, Potatismos/Grönsaksbiff, Potatismos

1:2 Pizza, Tzatziki/Vegetarisk pizza, Tzatziki

Fr Kalops, Potatis
Nötkött, morot, lök, vetemjöl, kryddpeppar, lagerblad, salt, vitpeppar
Het texaspanna med linser och bönor, Potatis (mjölkfri)
Krossade tomater, vita bönor, röda linser, gul lök, chilisås, raspolja, salt, vitlök, chilipulver, cayennepeppar, vitpeppar, oregano, spiskummin

Vecka 47 20/11-26/11

Må Krämig kycklingsoppa med pasta och curry, Ljusugnsbröd m ost
Kyckling, kycklingbuljong, kokosgrädde, morot, kålrot, selleri, röd o gul o grön paprika, curry, potatismjöl, purjolök, salt, pasta
Potatisgratäng med linser och ost
Potatis, ost, röda linser, krossade tomater, röd paprika, morot, grädde, mjölk, grönsaksbuljong, lök, oregano, purjolök, vitlökspulver, tomatpuré, svartpeppar, salt

Ti Pannbiff, Stuvade morötter, Potatis
Mjölk, vetemjöl, morot, margarin, grönsaksbuljong, salt
Rotsakslåda med curry
Potatis, morot, lök, mjölk, ost, curry

On Kroppkakor, Sylt
Potatis, vetemjöl, ägg, fläskkött, kryddor
Kryddig ostlasagne
Keso, morot, tomat, purjo, ost, lasagneplattor, salt, kryddor

To 1:2 Varmkorv, Potatismos/Grönsaksbiff, Potatismos
1:2 Pizza, Tzatziki/Vegetarisk pizza, Tzatziki

Fr Mexikansk skinksås, Pasta
Skinka, mjölk, grädde, purjolök, paprika, kryddor
Indisk kikärtsryta, Ris (mjölkfri)
Kikärter, potatis, lök, tomatpuré, broccoli, kokosgrädde, grönsaksbuljong, kryddor

Vecka 48 27/11-3/12

Må Potatisbullar, Sylt
Het texaspanna med linser och bönor, Pasta (mjölkfri)
Krossade tomater, vita bönor, röda linser, gul lök, chilisås, raspolja, salt, vitlök, chilipulver, cayennepeppar, vitpeppar, oregano, spiskummin

Ti Ost- och Skinksås, Pasta
Mjölk, ost, purjolök, paprika, rökt fläskbog, köttbuljong, salt, peppar
Vegetarisk lasagne
Purjolök, morot, palsternacka, rotselleri, paprika, krossade tomater, tomatpuré, grönsaksbuljong, mjölk, vetemjöl, ost, lasagneplattor

On Blodpudding, Sylt
Potatisgratäng med grillade grönsaker och medelhavsost
Potatis, grönsaker, grädde, mjölk, medelhavsost, kryddor

To **Gyllene fisksoppa, citronlick, Ljusugnsbröd**
Sej, grädde, morot, kålrot, palsternacka, selleri, potatis, fiskbuljong, vitlök, citronpeppar, purjolök, lök, dill, curry, gurkmeja, chilipulver, salt, citron
Crème fraîche, potatismjöl, citronpeppar, citron, salt
Indisk kikärtsgryta, Ris (mjölkfri)
Kikärter, potatis, broccoli, gul lök, tomatpuré, kokosgrädde, honung, grönsaksbuljong, curry, vitlökspulver, ingefära, spiskummin, salt

Fr **Risgrynsgröt, Pålägg, Clementin, Pepparkaka** **Julstämning**
Risgrynsgröt, Pålägg, Clementin, Pepparkaka