



# LUNCHMENY

Vårterminen 2012



## Vecka 2, 8, 14, 20

### Måndag

Alt 1 Thaigryta med kyckling och jasminris

Alt 2 Fiskburgare med bröd och yoghurt dressing med lime samt potatismos

Veg Kikärtsgryta med Jasminris

### Tisdag

Alt 1 Ungstekt kassler med gräddsås och potatis

Alt 2 Gulaschsoppa, Ostsmörgås och frukt

Veg TrädgårdsGulasch, Ostsmörgås och frukt

### Onsdag

Alt 1 Kebabgryta med ris

Alt 2 Kyckling paella med chili och paprika creme fraiche

Veg Vegetarisk paella

### Torsdag

Alt 1 Pannbiff med stekt lök, gräddsås och potatis

Alt 2 Skinkstek med gräddsås och äppelmos samt kokt potatis

Veg Stekt quornfilé med gräddsås och potatis

### Fredag

Alt 1 Falafel med pitabröd tzatziki och ris

Alt 2 Fiskgratäng med äpple, curry, purjolök och ris

Veg Rotfruktsgratäng med spenat

## Vecka 3, 9, 15, 21

### Måndag

Alt 1 Spaghetti bolognese

Alt 2 Nudelsoppa och Ostsmörgås

Veg Quornfärssås med spaghetti

### Tisdag

Alt 1 Kycklinginnerfilé med dragonsås och ris

Alt 2 Ugnstekt lax med sås och potatis

Veg Morotsbiffar med dragonsås och ris

### Onsdag

Alt 1 Hamburgare med bröd, dressing och potatismos

Alt 2 Bouillaibaise med aioli

Veg Veggieburgare med dressing, potatismos, Ostsmörgås

### Torsdag

Alt 1 Pannkakor med sylt och frukt

Alt 2 Ärtsoppa med fläsk och Ostsmörgås

Veg Ärtsoppa och Ostsmörgås

### Fredag

Alt 1 Sprödbakad fisk med remouladsås och kokt potatis

Alt 2 Bönchili med ris

Veg Broccolibiffar med remouladsås och kokt potatis

## Vecka 4, 10, 16, 22

### Måndag

Alt 1 Pytt i panna med rödbetor

Alt 2 Makaronilåda med skinka

Veg Vegetarisk pyttipanna med rödbetor

### Tisdag

Alt 1 Tacobuffé

Alt 2 Fisketter med potatis och kaviarsås

Veg Vegetarisk Tacobuffé

### Onsdag

Alt 1 Pastagrätang med kassler

Alt 2 Kycklinggryta med franska örter och ris

Veg Chiligräda med quornfärs och ris

### Torsdag

Alt 1 Köttbullar med potatismos, gräddsås och lingonsylt

Alt 2 Kåldolmar med potatis, gräddsås och lingonsylt

Veg Falafel med potatismos

### Fredag

Alt 1 Spenatsoppa med äggghalva, Ostsmörgås och frukt

Alt 2 Fiskgratäng med ris

Veg Pasta med ost- & broccolisås

## Vecka 5, 11, 17, 23

### Måndag

Alt 1 Chili con carne med ris

Alt 2 Ångad fisk med yoghurt och limesås samt ris

Veg Chili sin carne med ris

### Tisdag

Alt 1 Ostgratinerad falukorv med potatismos och bostongurka

Alt 2 Viltskavsgryta med potatis och lingonsylt

Veg Sojakorv med potatismos och bostongurka

### Onsdag

Alt 1 Kyckling nuggets med sötsur sås samt ris

Alt 2 Cevapcici med pita och tillbehör

Veg Sesam Nuggets med pita och tillbehör

### Torsdag

Alt 1 Pasta Carbonara

Alt 2 Moussaka

Veg Pasta och svampsås med timjan

### Fredag

Alt 1 Pannkakor med sylt och frukt

Alt 2 Fiskburgare med bröd, potatismos och dressing

Veg Broccoligratäng med potatis och ostsås

## Vecka 6, 12, 18, 24

### Måndag

Alt 1 Texmexbiff med potatisklyftor och tzatziki

Alt 2 Kycklingklubbor med tomatsås och ris

Veg Selleribiffar med potatisklyftor och tzatziki

### Tisdag

Alt 1 Kebabpizza

Alt 2 Ångad fisk med potatis och sås

Veg Vegetarisk Pizza

### Onsdag

Alt 1 Kycklingfilé med potatisklyftor och salsa

Alt 2 Kassler med kokt potatis och gräddsås

Veg Stekt quornfilé med potatisklyftor och salsa

### Torsdag

Alt 1 Spaghetti bolognese

Alt 2 Nudelsoppa och Ostsmörgås

Veg Quornfärssås med spaghetti

### Fredag

Alt 1 Sprödbakad fisk med remouladsås och kokt potatis

Alt 2 Vegetarisk paella med Chili och paprika creme fraiche

Veg Morotsbiffar med potatis och chili och paprika creme fraiche

## Vecka 7, 13, 19

### Måndag

Alt 1 Kyckling nuggets med sötsur sås samt ris

Alt 2 Pastagrätang med kassler

Veg Nudelwook med grönsaker, ris och sötsur sås

### Tisdag

Alt 1 Lasagne (nötfärs)

Alt 2 Fiskett med potatis och chili och paprika creme fraiche

Veg Vegetarisk lasagne

### Onsdag

Alt 1 Kycklingspett yakitori med ris och sötsur sås

Alt 2 Potatis och purjolökssoppa, Ostsmörgås och frukt

Veg Vegetariska vårrullar med ris och sötsur sås

### Torsdag

Alt 1 Ost och baconkorv med potatismos och gurkmix

Alt 2 Grekiska färsbiffar med potatis och löksky

Veg Rödbetsbiff med potatismos och löksky

### Fredag

Alt 1 Ugnspannkaka med sylt och frukt

Alt 2 Tomat, dill och purjogratinerad fiskfilé med ris

Veg Veggie burgare med ris och tzatziki

Med reservation för ändringar.

*Inklusive sallad, knäckebröd och dryck*

*Smaklig måltid!*