

Matsedel skola och förskola vårterminen 2017

Vecka 4, 23-27 januari

Måndag

Skinkstek med gräddsås, äppelmos och kokt potatis

Tisdag

Fisk Björkeby med kall sås, kokt potatis

Onsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Torsdag

Kockens veggierätt

Fredag

Ugnsstekt kyckling med örter, tzatsiki och klyftpotatis

Vecka 5, 30 januari - 3 februari

Måndag

Korv stroganoff m ris

Tisdag

Krispig fisk med kall örtsås, kokt potatis

Onsdag

Köttfärssås med spagetti

Torsdag

Minestrone-soppa och pannkaka

Fredag

Fisk, fågel eller mittemellan

Vecka 6, 6-10 februari

Måndag

Pannbiff med gräddsås, kokt potatis

Tisdag

Sjörövarfisk med kokt potatis

Onsdag

Kycklinggratäng med ris

Torsdag

Spenatsoppa med pannkaka

Fredag

Thailändsk maträtt

Vecka 7, 13-17 februari

Måndag

Kökets val

Tisdag

Medelhavs fisk med potatismos

Onsdag

Pasta med vegetarisk pizzasås

Torsdag

Veg.pytt m quorn, rödbetor, ostpålugg

Fredag

Ugnsstekt kyckling med kall beasås, klyftpotatis

Vecka 8, 20-24 februari

Måndag

Fisk, fågel eller mittemellan

Tisdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Onsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Torsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Fredag

Fisk, fågel eller mittemellan

Vecka 9, 27 feb - 3 mars

Måndag

Köttbullar med gräddsås och lingonsylt, kokt potatis

Tisdag

Fiskgratäng med apelsin och chili, koktpotatis/bulgur

Onsdag

Kökets val

Torsdag

Högsbosoppa med ostpålugg, pannkakor med sylt

Fredag

Kyckling med currysås och ris

Vecka 10, 6-10 mars

Måndag

Korv stroganoff m ris

Tisdag

Sjörövarfisk med kokt potatis

Onsdag

Kassler med pepparrotscreme och rotfruktsgratäng

Torsdag

Kockens veggierätt

Fredag

Köttfärssås med spagetti

Vecka 11, 13-17 mars

Måndag

Grekiska färsbiffar m tzatsiki

Tisdag

Pizzafiskgratäng med kokt potatis

Onsdag

Ost- och skinksås med pasta

Torsdag

Vegetarisk tacomaträtt

Fredag

Fisk, fågel eller mittemellan

Vecka 12, 20-24 mars

Måndag

Afrikansk maträtt

Tisdag

Brasiliansk maträtt

Onsdag

Grekisk maträtt

Torsdag

Ungersk maträtt

Fredag

Maträtt från Island

Vecka 13, 27-31 mars

Måndag

Kokt korv med potatismos och varma grönsaker

Tisdag

Fiskgratäng med apelsin och chili, kokt potatis/bulgur

Onsdag

Köttbullar med brunsås/ tomatsås och makaroner

Torsdag

Veg.pytt m quorn, rödbetsziki, ostpålugg

Fredag

Kökets val

Vecka 14, 3-7 april

Måndag

Grekiska färsbiffar m tzatsiki

Tisdag

Sprödbakad fisk, kall sås, kokt potatis, varma grönsaker

Onsdag

Högsbosoppa , ostpålugg, pannkaka eller frukt

Torsdag

Kockens veggierätt

Fredag

Pasta med ost och skinksås/kalkon

Vecka 15, 10-13 april

Måndag

Fisk, fågel eller mittemellan

Tisdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Onsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Torsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Fredag

LOVDAG

Vecka 16, 17-21 april

Måndag

LOVDAG

Tisdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Onsdag

Italiensk korvlåda med råstekt potatis

Torsdag

Vegetarisk quorn gryta med ris

Fredag

Fiskgryta med oregano och tomat, kokt potatis

Vecka 17, 24-28 april

Måndag

Varmkorv med potatismos

Tisdag

Fisk Björkeby med kall sås, kokt potatis

Onsdag

Köttfärssås med spagetti

Torsdag

Kockens veggierätt

Fredag

Kökets val

Vecka 18, 1-5 maj

Måndag

Mustig kebabgryta med ris

Tisdag

Sprödbakad fisk, kall fälsås, kokt potatis, varma grönsaker

Onsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Torsdag

Vegetarisk lasagne

Fredag

Hamburgare, bröd, klyftpotatis, dressing och grönsaker

Vecka 19, 8-12 maj

Måndag

Köttbullar med gräddsås och lingonsylt, kokt potatis

Tisdag

Apelsin- och chilibakad fisk med rotfrukter och potatis

Onsdag

Pasta med ost och skinksås

Torsdag

Högsbosoppa , ostpålugg, pannkaka el frukt

Fredag

Vegetarisk tacomaträtt

Vecka 20, 15-19 maj

Måndag

Skinkstek, gräddsås, äppelmos och kokt potatis

Tisdag

Sjörövarfisk med kokt potatis

Onsdag

Ost&ananas kassler m kryddris

Torsdag

Kockens veggierätt

Fredag

Ugnsstekt kyckling med örter, tzatsiki och klyftpotatis

Vecka 21, 22-26 maj

Måndag

Fisk, fågel eller mittemellan

Tisdag

Krispig fisk med kall örtsås, kokt potatis

Onsdag

Köttfärssås med spagetti

Torsdag

Minestrone-soppa och pannkaka

Fredag

LOVDAG

Vecka 22, 29 maj-2 juni

Måndag

Grekiska färsbiffar m tzatsiki

Tisdag

Medelhavs fisk med potatismos

Onsdag

Kycklinggratäng med ris

Torsdag

Fisk, fågel eller mittemellan

Fredag

Pastasallad med skinka och dressing

Vecka 23, 5-9 juni

Måndag

LOVDAG

Tisdag

LOVDAG

Onsdag

Kökets val

Torsdag

Hamburgare med bröd, klyftpotatis, dressing och

grönsaker

Fredag

LOVDAG

