

Vecka 2

Måndag 6 Jan**Trettondagen****Lunch**

Kåldolmar med potatis och sås, grönsaker

Efterrätt

Nyponsoppa med kardemummaskorpor och grädde

Kvällsmål

Dillstuvad potatis med korv och råkost

Alternativ

Köttgryta med potatis och råkost

Tisdag 7 Jan**Lunch**

Stekt sill med potatismos, skirat smör och grönsaker

Kvällsmål

Grönpepparfärsbiff med potatis, sås och råkost

Alternativ

Kycklingspett med klyftpotatis, kall sås och grönsaker

Onsdag 8 Jan**Lunch**

Korv med potatis, persiljesås och grönsaker

Kvällsmål

Aprikosris med kycklingröra till smörgås

Alternativ

Grönsaksbiffar med kall sås och potatis

Torsdag 9 Jan**Lunch**

Mexikansk (oxkött) soppa med bröd

Efterrätt

Hallonkaka med vaniljvisp

Kvällsmål

Janssons frestelse med ägg och råkost

Alternativ

Bräckt kassler m ananas med kall sås och potatis, råkost

Fredag 10 Jan**Lunch**

Chili con Carne med potatis/ris och grönsaker

Kvällsmål

Stuvade makaroner med prinskorv och råkost

Alternativ

Pytt i panna m gräddsås och grönsaker

Lördag 11 Jan**Lunch**

Fisk Bordelaise med potatismos och grönsaker

Kvällsmål

Omelett med räkstuvning, potatis och råkost

Alternativ

Wallenbergare med potatismos, skirat smör, råkost

Söndag 12 Jan**Lunch**

Dillkött med potatis och grönsaker

Efterrätt

Fruksallad med vaniljvisp

Kvällsmål

Kallskuret med potatisgratäng och råkost

Alternativ

Wienerkorv, potatisgratäng, grönsaker

Vecka 3

Måndag 13 Jan

Lunch	Köttbullar med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål	Skånsk äggkaka med fläsk, dressing och råkost
Alternativ	Potatisbullar med strimlad skinka

Tisdag 14 Jan

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Kvällsmål	Bondomelett med råkost och dressing
Alternativ	Kikärtsbiff med potatis, kall sås och grönsaker

Onsdag 15 Jan

Lunch	Kyckling& grönsaker med röd curry och kokosmjök
Kvällsmål	Oxpytt med ägg, sås och rödbetor
Alternativ	Köttbullar med potatis, sås och råkost

Torsdag 16 Jan

Lunch	Potatis och purjolökssoppa
Efterrätt	Blåbärspaj med vaniljvisp
Kvällsmål	Bakad potatis med skinkröra och råkost
Alternativ	Kassler med potatissallad och råkost

Fredag 17 Jan

Lunch	Kycklinginnerfilé med potatisgratäng, skysås och grönsaker
Kvällsmål	Korv med stuvad potatis och råkost
Alternativ	Köttfärssås med spagetti

Lördag 18 Jan

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Kvällsmål	Risgrynsgröt med saftsås
Alternativ	Kreolsk fläskfilégryta med potatis och grönsaker

Söndag 19 Jan

Lunch	Söndagsstek med potatis och sås, grönsaker
Efterrätt	Chokladpudding med vispgrädde
Kvällsmål	Broccoli och skinkgratäng med potatis, råkost
Alternativ	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Vecka 4

Måndag 20 Jan

Lunch Bruna bönor, stekt fläsk, potatis och grönsaker
Kvällsmål Omelett med svampstuvning, köttbullar och råkost
Alternativ Korv med potatismos

Tisdag 21 Jan

Lunch Fisk Björkeby med potatismos och grönsaker, kall sås
Kvällsmål Pannbiff med potatis, sås och råkost
Alternativ Grönsaksbiff Caribbean med potatis, kall sås och grönsaker

Onsdag 22 Jan

Lunch Korv med stuvad vitkål, potatis och grönsaker
Kvällsmål Matjestårta med råkost, dressing
Alternativ Chili sin Carne (vegofärs) med havreris

Torsdag 23 Jan

Lunch Hedvigsoppa (färs)
Efterrätt Bärkräm med visptopp
Kvällsmål Crepes med räkfyllning, råkost och dressing
Alternativ Köttbullar med potatis, sås och grönsaker

Fredag 24 Jan

Lunch Plommonjärpar med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål Raggmunkar med stekt fläsk, råkost
Alternativ Festlig Kyckling med potatis

Lördag 25 Jan

Lunch Fiskgratäng med potatis och grönsaker
Kvällsmål Köttkorv med potatis, senapssås och råkost
Alternativ Skinka- och spenatpaj med dressing och grönsaker

Söndag 26 Jan

Lunch Stek med potatis, portersås och grönsaker
Efterrätt Mint päron med vispgrädde
Kvällsmål Kalvsylta med stekt potatis och rödbetssallad
Alternativ Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Vecka 5

Måndag 27 Jan

Lunch	Korv med rotmos och grönsaker
Kvällsmål	Skinka med mimosasallad och potatis
Alternativ	Expresslasagne med grönsaker

Tisdag 28 Jan

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Kvällsmål	Biffsmörgås med gurkmajonnäs, grönsaker
Alternativ	Morotsbiff med potatis och sås

Onsdag 29 Jan

Lunch	Schnitzel med klyftpotatis och sås, grönsaker
Kvällsmål	Stuvade grönsaker med stekt fläsk och potatis
Alternativ	Pasta med ost & skinksås

Torsdag 30 Jan

Lunch	Ärtsoppa med fläsk. Pannkaka
Kvällsmål	Ägg och sill med potatis och gräddfil, råkost
Alternativ	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Fredag 31 Jan

Lunch	Kalops med potatis och grönsaker
Kvällsmål	Blandad fruktkräm
Alternativ	Köttfärslimpa med potatis, brunsås och grönsaker

Lördag 1 Feb

Lunch	Fisk Bordelaise med potatis, smörsås och grönsaker
Kvällsmål	Crepes med räkfyllning, råkost och dressing
Alternativ	Korv med potatis, smörsås och grönsaker

Söndag 2 Feb

Lunch	Söndagsstek med potatis och sås, grönsaker
Efterrätt	Brylepudding med karamellsås
Kvällsmål	Bondomelett med råkost och dressing
Alternativ	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Vecka 6

Måndag 3 Feb

Lunch	Biff Stroganoff med potatis och grönsaker
Kvällsmål	Risgrynsgröt med saftsås
Alternativ	Indisk gryta Garam Masala med ris (veg)

Tisdag 4 Feb

Lunch	Stekt sill med potatismos och grönsaker
Kvällsmål	Kassler (griskött) med potatis och svampsås
Alternativ	Gratinerad falukorv m bostongurka & tomatsås med potatismos och gröns

Onsdag 5 Feb

Lunch	Kycklinggryta med potatis och grönsaker
Kvällsmål	Fläskpannkaka med råkost
Alternativ	Nudelwok med strimlad kyckling

Torsdag 6 Feb

Lunch	Cowboysoppa med bröd
Efterrätt	Hastkaka med äpple, visptopp
Kvällsmål	Ägg och sill med potatis och gräddfil, råkost
Alternativ	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Fredag 7 Feb

Lunch	Köttgryta med potatis och grönsaker
Kvällsmål	Potatisbullar med stekt fläsk och råkost, dressing
Alternativ	Tacobuffé

Lördag 8 Feb

Lunch	Stekt spätta med potatis, kall örtsås och grönsaker
Kvällsmål	Kallskuret med potatisgratäng och råkost
Alternativ	Kyckling med potatis, kall örtsås och grönsaker

Söndag 9 Feb

Lunch	Fläskfilé Oscar med potatisklyftor, choronsås och grönsaker
Efterrätt	Hallon & vit choklad cheesecake med visptopp
Kvällsmål	Ost och skinkpaj med råkost och dressing
Alternativ	Färsrätt med potatisklyftor, choronsås och grönsaker

Vecka 7

Måndag 10 Feb

Lunch Skinkfrestelse med grönsaker
Kvällsmål Bakad potatis med räkfillning och råkost
Alternativ Korv Stroganoff med havreris

Tisdag 11 Feb

Lunch Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Kvällsmål Flygande Jacob med ris/potatis och råkost
Alternativ Järpar med potatis, sås och grönsaker

Onsdag 12 Feb

Lunch Kålpudding med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål Kallskuret med potatissallad och råkost
Alternativ Kökets vegetariska rätt

Torsdag 13 Feb

Lunch Ärtsoppa med fläsk. Pannkaka
Kvällsmål Korv med stuvade grönsaker, potatis
Alternativ Frikadeller med potatis, currysås och råkost

Fredag 14 Feb

Lunch Kyckling med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål Stuvade grönsaker med köttbullar och potatis, råkost
Alternativ Köttfärssås med pasta

Lördag 15 Feb

Lunch Fisk Benedictin med potatis, skirat smör och grönsaker
Kvällsmål Köttfärspaj med råkost och kall sås
Alternativ Schnitzel med potatis, sås och grönsaker

Söndag 16 Feb

Lunch Söndagsstek med potatis och sås, grönsaker
Efterrätt Hallonmousse med gräddtopp
Kvällsmål Ugnspannkaka med bacon, råkost och dressing
Alternativ Färsrätt med potatis och sås, grönsaker

Vecka 8

Måndag 17 Feb	Sportlov
Lunch	Korv Stroganoff med ris/potatis och grönsaker
Kvällsmål	Fläskkorv med rotmos och grönsaker
Alternativ	Biff a la Lindström med potatis, sås och grönsaker
Tisdag 18 Feb	
Lunch	Panerad fisk med potatismos, kall sås och grönsaker
Kvällsmål	Kycklingspett med klyftpotatis, kall sås och grönsaker
Alternativ	Isterband med dillstuvad potatis och grönsaker.
Onsdag 19 Feb	
Lunch	Pannbiff m lök med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål	Blodkorv med potatismos och råkost
Alternativ	Ost & blomkålsbiffar med potatis, sås och grönsaker
Torsdag 20 Feb	
Lunch	Blomkålssoppa
Efterrätt	Jordgubbspaj med visptopp
Kvällsmål	Köttkorv med potatis, pepparrotssås och råkost
Alternativ	Köttfärssås med pasta och grönsaker
Fredag 21 Feb	
Lunch	Cajunbiffar med potatis, kall limesås och råkost
Kvällsmål	Kalvsylta med stekt potatis och rödbetssallad
Alternativ	Korv med bröd, potatismos och grönsaker
Lördag 22 Feb	
Lunch	Fiskgratäng med senapssås, potatis och grönsaker
Kvällsmål	Omelett, köttbullar, spenatstuvning
Alternativ	Kokt korv med potatis, senapssås och grönsaker
Söndag 23 Feb	
Lunch	Kotlettrad med potatis, bacon&svampsås och grönsaker
Efterrätt	Apelsin och chokladmousse med visptopp
Kvällsmål	Bärkräm med kaffegrädde

Vecka 9

Måndag 24 Feb

Lunch	Kassler med potatis, svampsås och grönsaker
Kvällsmål	Omelett med grönsaksstuvning, korv, potatis och råkost
Alternativ	Vegetarisk schnitzel med potatis och sås

Tisdag 25 Feb

Lunch	Fisk med potatis, hollandaisesås och grönsaker
Kvällsmål	Pytt i panna med ägg, sås och rödbetor
Alternativ	Wienerkorv med potatis, sås och grönsaker

Onsdag 26 Feb

Lunch	Ajvarkyckling med matvete/potatis och grönsaker.
Kvällsmål	Kallskuret med potatissallad och råkost
Alternativ	Köttfärspaj med grönsaker och kall sås

Torsdag 27 Feb

Lunch	Kött- och grönsakssoppa med bröd
Efterrätt	Bärpaj med visptopp
Kvällsmål	Bondomelett med råkost och dressing
Alternativ	Korv med potatis, persiljesås och grönsaker

Fredag 28 Feb

Lunch	Köttfärslimpa med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål	Pastramikotlett med potatisgratäng och råkost
Alternativ	Hamburgare med bröd, dressing och klyftpotatis

Lördag 1 Mar

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Kvällsmål	Ägg och sill med potatis och gräddfil, råkost
Alternativ	Kökets vegetariska rätt

Söndag 2 Mar

Lunch	Fläskstek med rödkål, potatis, sås och grönsaker
Efterrätt	Äppelkaka med vaniljsås
Kvällsmål	Bräckt bacon med potatis, äggröra, sås och råkost
Alternativ	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker