

## SKOLMATSEDEL VÅREN 2022

Med reservation för eventuella ändringar

Fet text= Maträtten är till stor del tillagad från grunden

I våra köttfärsrätter som vi tillagar själva används till ca 90 % lokalproducerad nötfärs

### VECKA 1

Må 01-03 Lunch: Lunchkorv, potatis, **morotsstuvning**

VEG: Veg.korv, potatis, **morotsstuvning**

Tis 01-04 Lunch: Skink och spenatcrepes, grönsallad

VEG: Champinjoncrepes, grönsallad

Ons 01-05 Lunch: **Kebabgryta** med ris, **majs**

VEG: veg. **Kebabgryta** med ris, majs

To 01-06 Lunch: LOV

VEG: LOV

Fre 01-07 Lunch: Grekisk biff, potatis och gräddsås

VEG: Greenburger, potatis och brunsås

### VECKA 2

Må 01-10 Lunch: Potatismos med varmkorv, **bröd, senap, ketchup, gurka**

VEG: Veg. Korv och potatismos, **bröd, senap, ketchup, gurka**

Ti 01-11 Lunch: Spaghetti och **Köttfärssås, ketchup och morotsstavar**

VEG: Spaghetti och veg.färssås, **ketchup och morotsstavar**

On 01-12 Lunch: Potatis och **Kalops, rödbetor**

VEG: Veg. Kalops med potatis, **rödbetor**

To 01-13 Lunch: Fiskburgare med potatismos, **bröd, fiskdressing**

VEG: Veggieburgare, potatismos, **bröd, fiskdressing**

Fr 01-14 Lunch: Ris och kycklingfilè med varm bearnaisesås, **gelè, vitkålssallad med ananas**

VEG: Ris och grillkryddad quornfilè med varm bearnaisesås, **gelè, vitkålssallad med ananas**

## VECKA 3

- Må 01-17 Lunch: **Cowboysoppa**, mjukt bröd och ost, bananhalva  
VEG: Veg. **Cowboysoppa**, mjukt bröd och ost, bananhalva
- Ti 01-18 Lunch: Pasta med **skinksås**, ketchup, minimorötter  
VEG: Pasta med veg.sås, ketchup, minimorot
- On 01-19 Lunch: Potatis, **kokt fisk med ägg och persiljesås**, gröna ärtor  
VEG: Green nuggets, potatis, ägg-persiljesås
- To 01-20 Lunch: Raggmunk och tärnad bacon, **lingonsylt**, vitkål/lingonsallad  
VEG: Potatisbullar, **lingonsylt**, vitkål/lingonsallad
- Fr 01-21 Lunch: Potatis och **Korv Stroganoff**, rivna morötter  
VEG: Potatis och quornstroganoff, rivna morötter

## VECKA 4

- Må 01-24 Lunch: Kokt potatis och Tex Mex biff, **gräddsås**, broccoli  
VEG: Quinoa o sötpotatisbiff, potatis brunsås, broccoli
- Ti 01-25 Lunch: Kycklingpytt med **dressing**  
VEG: Grönsakspytt med dressing
- On 01-26 Lunch: Kokt potatis och Skärgårdstorsk, **remouladsås**,  
VEG: Tortellini ricotta och spenat
- To 01-27 Lunch: **Ärtsoppa**, senap, Pannkaka, hallonsylt  
VEG: Ärtsoppa, senap, pannkaka, hallonsylt
- Fre 01-28 Lunch: **Tacogratäng** grönsallad  
VEG: Veg. Tacogratäng, grönsallad

## VECKA 5

- Må 01-31 Lunch: Kycklingkylett, kokt potatis bearnaisesås, **broccoli**  
VEG: Veg. Schnitzel, kokt potatis bearnaisesås, **broccoli**
- Ti 02-01 Lunch: Vegetariska dagen: Råris och **Quorn**gryta  
VEG: Vegetariska dagen: Råris och **Quorn**gryta
- On 02-02 Lunch: Blodpudding med stekt bacon, **lingonsylt**, vitkål/**lingonsylt**  
VEG: Potatisbullar, **lingonsylt**
- To 02-03 Lunch: Potatis och panerad fisk, **remouladsås**, **citronklyfta**, **gröna ärter**  
VEG: Broccolimedaljong
- Fr 02-04 Lunch: Makaroner och köttbullar, **gräddsås**, **lingonsylt**, **minimorötter**  
VEG: Makaroner och morotsbullar, **gräddsås**, **lingonsylt**, **minimorötter**

## VECKA 6

FÖRSKOLE/FRITIDS STÄNGNING MÅNDAG 7/2

- Må 02-07 Lunch: **Minestrone**soppa med **mjukt bröd**, **ägg** och **kaviar**  
VEG: **Minestrone**soppa med **mjukt bröd**, **ägg**
- Ti 02-08 Lunch: Nasi Goreng  
VEG: Veg. Nasi Goreng
- On 02-09 Lunch: Spenatpinnar, potatismos, mangorajadressing, **grönsallad**, **tortillabröd**  
VEG: Spenatpinnar, potatismos, mangorajadressing, **grönsallad**, **tortillabröd**
- To 02-10 Lunch: Lunchkorv, potatis och **stuvade morötter**  
VEG: Veg. Korv, potatis och **stuvade morötter**
- Fr 02-11 Lunch: Ris och **Biff Stroganoff**, **grönsaker**  
VEG: Ris och **Quorn Stroganoff**, **grönsaker**

## VECKA 7

- Må 02-14 Lunch: Potatismos och Hamburgare, **bröd, dressing, grönsallad, senap, ketchup, bostongurka,**  
VEG: Potatismos och Veggieburgare, **bröd, dressing, grönsallad, senap, ketchup, bostongurka,**
- Ti 02-15 Lunch: **Risgrynsgröt** med **kanel, socker, mjukt bröd, köttpålägg, bananhalva**  
VEG: **Risgrynsgröt** med **kanel, socker, mjukt bröd, köttpålägg, bananhalva**
- On 02-16 Lunch: Potatis och Pölsa, **rödbetor**  
VEG: Potatis och VEG.Pölsa, **rödbetor**
- To 02-17 Lunch: Kokt potatis med Ugnstekt Rödspätta, **rom sås; bukettgrönsaker**  
VEG: Chicken style, potatis, varm currysås
- Fr 02-18 Lunch: Lasagne Bolognese, **pizzasallad, ketchup**  
VEG: Veg.Lasagne, **pizzasallad, ketchup**

## VECKA 8

- Må 02-21 Lunch: Kokt Potatis med Pannbiff och **löksås, ärtor, lingonsylt**  
VEG: Kokt Potatis med quinoa och grönkålsbiff, **löksås, ärtor**
- Ti 02-22 Lunch: Palt, **lingonsylt, smör**  
VEG: Palt, **lingonsylt, smör**
- On 02-23 Lunch: Kokt Potatis och **Fiskgryta citron**  
VEG: Vegetarisk Pytt i Panna
- To 02-24 Lunch: **Kycklinwook med nudlar, currydressing**  
VEG: **Quornwok med nudlar, currydressing**
- Fr 02-25 Lunch: Pomes och grillkorv, **grönsallad, senap, ketchup, gurka**  
VEG: Pomes och veg.grillkorv, **grönsallad, senap, ketchup, gurka**

## VECKA 9

- Må 02-28 Lunch: Potatismos, leverbiff och gräddsås, **blomkål, lingonsylt**  
VEG: Potatismos, morotsbiff och gräddsås, **blomkål, lingonsylt**
- Ti 03-01 Lunch: **Tacos** (ris, **bröd**, tacosås), **grönsallad med majs**  
VEG: **Tacos** (ris, **bröd**, tacosås), **grönsallad med majs**
- On 03-02 Lunch: Klyftpotatis och Veg, schnitzel med **pepparsås, morotsmix**  
VEG: Klyftpotatis och Veg, schnitzel med **pepparsås, morotsmix**
- To 03-03 Lunch: Kycklingbiff , kokt potatis, gräddsås, **broccoli**  
VEG: Selleristick , kokt potatis, gräddsås, **broccoli**
- Fr 03-04 Lunch: Potatismos med Fiskburgare och **bröd, dressing, isbergssallad**  
VEG: Potatismos med Halloumiburgare och **bröd, dressing, isbergssallad**

## VECKA 10 SPORTLOV

- Må 03-07
- Ti 03-08
- On 03-09
- To 03-10
- Fr 03-11

## VECKA 11

- Må 03-14 Lunch: **Kycklingsoppa med pasta och majs**, mjukt bröd och ost, bananhalva  
VEG: **Veg.soppa med pasta och majs**, mjukt bröd och ost, bananhalva
- Ti 03-15 Lunch: Makaroner med **Skinksås**, skivad morot, ketchup  
VEG: Makaroner med **ostsås**, skivad morot, ketchup
- On 03-16 Lunch: Potatisbullar med Bacon, **lingonsylt**  
VEG: Potatisbullar, **lingonsylt**
- To 03-17 Lunch: Kokt potatis med Stekt skärgårdstorsk, **remouladsås**  
VEG: Broccolimedaljong, potatis, brunsås
- Fr 03-18 Lunch: Ris och **Het köttfärsröra**, pitabröd, örter-majs-paprika  
VEG: Ris och **Het Veg.färsröra**, pitabröd, örter-majs-paprika

## VECKA 12

- Må 03-21 Lunch: Kokt potatis och Krögarbiff, **gräddsås**, **lingonsylt**, smörgåsgurka  
VEG: Kokt potatis och Kikärtsbiff, **gräddsås**, **lingonsylt**, smörgåsgurka
- Ti 03-22 Lunch: Ris och **Korv Stroganoff**, rivna morötter  
VEG: **Halloumistroganoff**, Ris. Rivna morötter
- On 03-23 Lunch: Kokt potatis och **Tacofisk**  
VEG: Bulgurpytt
- To 03-24 Lunch: Ugnspannkaka, **lingonsylt och morotsstavar**  
VEG: Ugnspannkaka, **lingonsylt och morotsstavar**
- Fr 03-25 Lunch: Potatisgratäng och Fläskfilé, **rosepepparsås**  
VEG: Potatisgratäng och gratinerad quornfile, **rosepepparsås**

## VECKA 13

- Må 03-28 Lunch: Spagetti och **köttfärssås**, **majs**, **ketchup**  
VEG: Spagetti och **quornfärssås**, **majs**, **ketchup**
- Ti 03-29 Lunch: Parisare med potatismos, **bröd**, **finstrimlad isbergssallad**, **senap**, **ketchup**  
VEG: Veg.korv med potatismos, **bröd**, **finstrimlad isbergssallad**, **senap**, **ketchup**
- On 03-30 Lunch: Potatisbullar, **morotsmix**, **lingonsylt**  
VEG: Potatisbullar, **morotsmix**, **lingonsylt**
- To 03-31 Lunch: Biff Stroganoff med ris  
VEG: HalloumiStroganoff med ris
- Fr 04-01 Lunch: Pannkaka med **sylt**  
VEG: Pannkaka med **sylt**

## VECKA 14

- Må 04-04 Lunch: **Kebabgryta**, ris, **broccoli**  
VEG: **QuornKebabgryta**, ris, **broccoli**
- Ti 04-05 Lunch: Tex Mex med kokt potatis och **brunsås**, **lingonsylt**  
VEG: Kikärtsbiff med kokt potatis och **brunsås**, **lingonsylt**
- On 04-06 Lunch: Fiskbullar i **hummersås** med kokt potatis, **kokt skivad morot**  
VEG: Rotfruktspytt
- To 04-07 Lunch: **Cantadoubakad falukorv** med potatismos, **morotsmix**, **senap**, **ketchup**  
VEG: **Cantadoubakad veg.korv** med potatismos, **morotsmix**, **senap**, **ketchup**
- Fre 04-08 Lunch: **Flygande Jakob**, romanesco  
VEG: **Flygande Jakob**, romanesco

## VECKA 15

- Må 04-11 Lunch: Potatismos och varmkorv, **kokt morot, senap, ketchup och grillgurka**  
VEG: Potatismos och veg.korv, **kokt morot, senap, ketchup och grillgurka**
- Ti 04-12 Lunch: Grekiska färsbiffar med potatis, **sommargrönsaker** och **Tsatziki**  
VEG: Grönsaksbiff Carribien med potatis, **sommargrönsaker** och **Tsatziki**
- On 04-13 Lunch: **Kalops**, med kokt potatis, **Broccoli-gul morot**  
VEG: **QuornKalops**, med kokt potatis, **Broccoli-gul morot**
- To 04-14 Lunch: SKÄRTORSDAG: Påskris, kycklingfilè, bearnaisesås  
VEG: Påskris, Quornfilè, bearnaisesås
- Fre 04-15 Lunch: LÅNGFREDAG: LOV

## VECKA 16 PÅSKLOV

Må 04-18 LOVDAG

Ti 04-19

On 04-20

To 04-21

Fre 04-22



## VECKA 17

- Må 04-25 Lunch: Kroppkakor med smör, rivna morötter och lingonsylt  
VEG: Tunnpannkaka
- Ti 04-26 Lunch: Krämig Korvgryta med rotfrukter  
VEG: Vegansk kikärtsgryta med sötpotatis
- On 04-27 Lunch: Blodpudding med lingonsylt, vitkålssallad  
VEG: Potatisbullar med lingonsylt, vitkålssallad
- To 04-28 Lunch: Tacos (ris, bröd, grönsallad, tacosås)  
VEG: Veg.Tacos (ris, bröd, grönsallad, tacosås)
- Fre 04-29 Lunch: SKOLLOV Spagetti, köttfärssås, rivna morötter  
VEG: Spagetti, quornfärssås, rivna morötter

## VECKA 18

- Må 05-02 Lunch: Kebabpytt med vitlöksdressing  
VEG: Grönsakspytt
- Ti 05-03 Lunch: Kokt potatis, Hemlagad Köttfärslimpa, gräddsås, lingonsylt  
VEG: Kokt potatis, VEG.Hemlagad Köttfärslimpa, gräddsås, lingonsylt
- On 05-04 Lunch: Veg.Nuggets ris, sötsursås, grönsallad  
VEG: Veg.Nuggets ris, sötsursås, grönsallad
- To 05-05 Lunch. Potatismos och Fiskburgare, bröd, fiskdressing , isbergssallad  
VEG: Potatismos och Veggieburgare, bröd, fiskdressing , isbergssallad
- Fr 05-06 Lunch: Ris och Kycklingkylett , currysås, vitkål/ananassallad, gele  
VEG: Ris och veg. Schnitzel, currysås, vitkål/ananassallad, gele

## VECKA 19

- Må 05-09 Lunch: Potatismos och Leverbiff, **gräddsås, broccoli, lingonsylt**  
VEG: Potatismos och morotsbollar, **gräddsås, broccoli, lingonsylt**
- Ti 05-10 Lunch: Makaroner med **Skinksås, rivna morötter ketchup**  
VEG: Makaroner med **ostsås, rivna morötter ketchup**
- On 05-11 Lunch: **Tacolåda, chips, grönsallad**  
VEG: **veg. Tacolåda, chips, grönsallad**
- To 05-12 Lunch: Ugnstekt panerad fisk, potatis, remouladsås  
VEG: Majs nuggets, potatis, remouladsås
- Fr 05-13 Lunch: Tunnbrödsrulle (korv, potatismos, **tunnbröd) senap, ketchup, grillgurka**  
VEG: VEG.Tunnbrödsrulle (korv, potatismos, **tunnbröd) senap, ketchup, grillgurka**

## VECKA 20

- Må 05-16 Lunch: **Thailändsk Kycklingsoppa, mjukt bröd, frukthalva**  
VEG: **Thailändsk Kycklingsoppa, mjukt bröd, frukthalva**
- Ti 05-17 Lunch: **Grekisk köttfärsfrestelse**  
VEG: **Grekisk köttfärsfrestelse**
- On 05-18 Lunch: Ris och **Kassler Stroganoff , vitkål/ananassallad**  
VEG: Ris och **Stroganoff (sojastrimlor), vitkål/ananassallad**
- To 05-19 Lunch: Kokt Potatis och stekt Rödspätta och **spenatstuvning**  
VEG: Kokt Potatis och peachebollar och **spenatstuvning**

### FÖRSKOLESTÄNGNING Fredag 20/5

- Fr 05-20 Lunch: Potatisbullar, lingonsylt, **kokta morötter**  
VEG: Potatisbullar, lingonsylt, **kokta morötter**

## VECKA 21

- Må 05-23 Lunch: Potatis och **Kebabgryta**  
VEG: Potatis och **QuornKebabgryta**
- Ti 05-24 Lunch: Kokt potatis med husmansjärpe, **gräddsås, lingonsylt**  
VEG: Kokt potatis med grönsaksburgare, **gräddsås, lingonsylt**
- On 05-25 Lunch: Ris och **Chili Con Carne, majs**  
VEG: Ris och **Chili Sin Carne, majs**
- To 05-26 Lunch: KRISTI HIMMELFÄRDS DAG: LOV
- Fr 05-27 Lunch: SKOLOV: Klyftpotatis och **Fläskkarré, plommonsås**  
VEG: Klyftpotatis och **veg. schnitzel, plommonsås**

## VECKA 22

- Må 05-30 Lunch: Spaghetti och **köttfärssås rivna morötter, ketchup**  
VEG: Spaghetti och **quornfärssås rivna morötter, ketchup**
- Ti 05-31 Lunch: **Kycklingsallad**, med mjukt bröd från Lilla Bageriet ( beställs från TBG)  
VEG: **Boulettsallad**, med mjukt bröd från Lilla Bageriet ( beställs från TBG)
- On 06-01 Lunch: Ris och **Korv Stroganoff, ketchup**  
VEG: Ris och **quorn Stroganoff, ketchup**
- To 06-02 Lunch: Ugnstekt fisk, potatis, remouladsås, bukettgrönsaker  
VEG: Currygryta med vitkål, chili, kokos, kokt potatis
- Fre 06-03 Lunch: Bakpotatis med kycklingröra/skinkröra, grönsallad  
VEG: Bakpotatis med veg.röra, grönsallad

## VECKA 23

Må 06-06 Lunch: **SKOLLOV**

Ti 06-07 Lunch: Pannkaka med **bär och glass**

VEG: Pannkaka med **bär och glass**

On 06-08 Lunch: **Flygande Jakob** , **majs**

VEG: **Flygande Jakob** , **majs**

To 06-09 Lunch: Kokt potatis med Ugnstekt Fiskfilett och **dillsås**

VEG: Kokt potatis, grönsaksgryta

Fre 06-10 Lunch: Makaroner med köttbullar och **brunsås, lingonsylt**

VEG: Makaroner med falafelbullar och **brunsås, lingonsylt**

## VECKA 24

Må 06-13 Lunch: Grekisk färsbiff med potatis, **gräddsås**

VEG: Broccolimedaljong med potatis, **gräddsås**

Ti 06-14 Lunch: Varmkorv med potatismos, **senap, ketchup, grillgurka**

VEG: Veg.korv med potatismos, **senap, ketchup, grillgurka**

### SOMMARLOV

On 06-15 Lunch: **Kyckling Stroganoff** med ris

VEG: **Quorn Stroganoff** med ris

To 06-16 Lunch: Fiskfigurer, kokt potatis, **remouladsås**

VEG: Couscouspytt

Fre 06-17 Lunch: Tacos med ris (**tortillabröd, grönsaker**)

VEG: Tacos med ris (**tortillabröd, grönsaker**)

**HA EN FIN SOMMAR  
SÅ SES VI IGEN I AUGUSTI**



**ÖNSKAR VI PÅ  
LYCKSELE MÅLTIDSSERVICE**