

MATSEDEL FÖRSKOLA

Vecka 1	2.1-5.1
Tisdag	Kökets val
Veg alt	Kökets veg val
Onsdag	Stekt makrill, stuvad spenat, potatis
Veg alt	Morotsbullar/morotsbiff, stuvad spenat, potatis
Torsdag	Linsoppa, topping, bröd, ost, frukt
Fredag	Köttfärsrätt, brun sås, potatis
Veg alt	Sojafärslåda, veg brun sås, potatis
Vecka 2	9.1 – 12.1
Måndag	Makaronilåda, tomatsås
Veg alt	Veg makaronilåda, tomatsås
Tisdag	Stekt sejryggfilé, sauce vert, potatis
Veg alt	Kikärtsbiffar, sauce vert, potatis
Onsdag	Wienerkorv, potatismos, ketchup, senap
Veg alt	Vegokorv med soja, potatismos, ketchup, senap
Torsdag	Cowboysoppa med sojafärs och grönsaker, bröd, ost, frukt
Fredag	Asiatisk kycklinggryta, eko ris
Veg alt	Asiatisk gryta med vegobitar, eko ris
Vecka 3	15.1 – 19.1
Måndag	Ugnspannkaka, blodkorv, keso, matvetesallad lingonsylt (veg alt: utan blodkorv)
Tisdag	Fiskgratäng med grönsaker, potatis
Veg alt	Grönsaksgratäng med bönor, potatis
Onsdag	Skinkstek, gräddsås, potatis, eko morötter, äppelmos
Veg alt	Stekt veg schnitzel (om den kommer in på avtal igen), veg gräddsås, potatis, eko morötter
Torsdag	Gulaschsoppa med nötfärs, gräddfil, bröd, ost, frukt
Veg alt	Gulaschsoppa m bönor, gräddfil, bröd, ost, frukt
Fredag	Kyckling i currysås, eko ris
Veg alt	Sojastrimlor i currysås, eko ris





MATSEDEL FÖRSKOLA

Vecka 4 22.1 – 26.1

Måndag Pytt i panna, rödbetor

Veg alt Grönsakspytt med linser och bönor, ägg, rödbetor

Tisdag Västerfisk Skagen, remouladsås, potatis

Veg alt Broccolimedaljong, kall sås, potatis

**Onsdag Köttfärssås med morötter och linser,
fullkornsspaghetti**

Veg alt Sojafärssås med morötter och linser, spaghetti

Torsdag Tomatsoppa med eko pasta, bröd, ost, frukt

Fredag Skånsk köttgryta (fläskkött), potatis

Veg alt Skånsk böngryta, potatis

Vecka 5 29.1 – 2.2

Måndag Nötköttbullar, stuvade makaroner, ketchup

Veg alt Grönsaksbullar, stuvade makaroner, ketchup

Tisdag Fisksoppa, bröd, ost, frukt

Veg alt Grönsakssoppa med linser, bröd, ost, frukt

**Onsdag Wokad (curry) och chilimarinerad kyckling,
nudlar/ris (de som vill utesluter curryn)**

**Veg alt Wokade curry och chilimarinerade vegobitar,
nudlar/ris**

Torsdag Chili sin carne (med sojafärs), eko ris

Fredag Korv Forsell, pasta

Veg alt Veg korv Forsell, pasta

Vecka 6 5.2 – 9.2

Måndag Lasagnettegratäng med skinka

Veg alt Lasagnettegratäng med sojastrimlor

**Tisdag Stekt sill, stekt fisk alaska pollock, kall dillsås,
potatis**

Veg alt Hirs nuggets, kall sås, potatis

Onsdag Tortillas med färsfyllning (nötfärs), dressing

Veg alt Tortillas med sojafärsfyllning, dressing

**Torsdag Ärtsoppa (KRAV ärter)/alt. morotssoppa,
pannkakor, sylt**

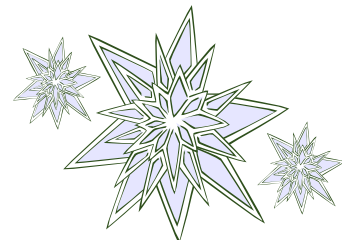
Fredag Kycklinggryta, bulgur

Veg alt Kikärtsgryta, bulgur



MATSEDEL FÖRSKOLA

Vecka 7	12.2 – 16.2
Måndag	Krämig pastasås, eko pasta
Veg alt	Krämig pastasås med bönor och broccoli, eko pasta
Tisdag	Fiskgratäng med purjo och chili, eko matvete, potatis
Veg alt	Grönsaksgratäng med purjo och chili, matvete, potatis
Onsdag	Grillkorv av kyckling, potatismos, ketchup, senap
Veg alt	Sojakorv, potatismos, ketchup, senap
Torsdag	Italiensk grönsakssoppa, bröd, färskost, frukt
Fredag	Kålpudding, sås, potatis, lingonsylt
Veg alt	Grön kålpudding, veg sås, potatis, lingonsylt
Vecka 8	19.2 – 23.2
Måndag	Kökets val
Veg alt	Kökets vegetariska val
Tisdag	Orientalisk ugnsfisk, potatismos
Veg alt	Orientalisk grönsaksgratäng, potatismos
Onsdag	Köttfärslåda/limpa, brun sås, potatis, lingonsylt
Veg alt	Sojafärslåda, veg brun sås, potatis
Torsdag	Spenatsoppa, kokt ägghalva, bröd, ost, frukt
Fredag	Stekt kyckling, sås, ris
Veg alt	Kikärtsbiff, veg sås, ris
Vecka 9	26.2 – 2.3
Måndag	Krögarkorvgryta, eko ris
Veg alt	Krögarkorvgryta med sojakorv, eko ris
Tisdag	Fiskburgare/stekt fisk, dressing, potatismos
Veg alt	Vegoburgare, dressing, potatismos
Onsdag	Tacokryddad potatis- och skinkgratäng
Veg alt	Tacokryddad bön- och potatisgratäng
Torsdag	Köttfärssås med morötter och linser, fullkornspaghetti
Veg alt	Sojafärssås med morötter och linser, spaghetti
Fredag	Kycklinggryta med basilika, bulgur
Veg alt	Gryta med vegobitar och basilika, bulgur



MATSEDEL FÖRSKOLA

Vecka 10 5.3 – 9.3

Måndag Ost- och skinksås, eko pasta

Veg alt Pastasås med ost och broccoli, eko pasta

Tisdag Fisk Provencale, eko matvete, potatis

Veg alt Grönsaksgratäng med bönor, potatis

Onsdag Kökets val

Veg alt Kökets vegetariska val

Torsdag Thaisoppa (veg), bröd, mjukost, frukt

Fredag Moussaka (nötfärs)

Veg alt Moussaka med sojafärs

Vecka 11 12.3 – 16.3

Måndag Potatisbullar, blodkorv, keso, matvetesallad, lingonsylt (veg ej blodkorv)

Tisdag Stekt sill, stekt hokifisk, potatismos

Veg alt Broccolilåda med tomat och keso, potatismos

Onsdag Spanska färsbiffar, tzatziki, klyftpotatis

Veg alt Kikärtsbiffar, tzatziki, klyftpotatis

Torsdag Currydoftande kycklinggryta med tillbehör, bulgur

Veg alt Currydoftande gryta med vego bitar (soja), bulgur

Fredag Fläkschnitzel, skysås, potatis

Veg alt Veg schnitzel, veg brun sås, potatis

Vecka 12 19.3 – 23.3

Måndag Kycklingköttbullar, brun sås, potatis, lingonsylt

Veg alt Grönsaksbullar, veg brun sås, potatis, lingonsylt

Tisdag Stillahavslax, kall dillsås, potatis

Veg alt Hirs nuggets, kall sås, potatis

Onsdag Korv Stroganoff, eko makaroner

Veg alt Svamp Stroganoff med linser, eko makaroner

Torsdag Minestrone-soppa med vita bönor (veg), bröd, ost, äggvåffla, sylt

Fredag Stekt kyckling, sås, potatis, gelé

Veg alt Veg schnitzel, veg sås, potatis, gelé

Varje dag serveras grönsaker, ekologisk lättmjölk och vatten. Vegetariska alternativet kan innehålla mjölk och ägg. Reservation för eventuella ändringar

