

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 3

Måndag 12 Jan

Lunch	Kåldolmar med potatis och sås, grönsaker
Alternativ lu	Potatisbullar med strimlad skinka
Kvällsmål	Dillstuvad potatis med korv och råkost

Tisdag 13 Jan

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås
Alternativ lu	Kycklingspett med klyftpotatis, kall sås och grönsaker
Kvällsmål	Grönpepparfärsbiff med potatis, sås och råkost

Onsdag 14 Jan

Lunch	Korv med potatis, persiljesås och grönsaker
Alternativ lu	Kyckling i röd curry med kokt ris
Kvällsmål	Crepes med fyllning, råkost och kall sås

Torsdag 15 Jan

Lunch	Potatis och purjolökssoppa
Alternativ lu	Bräckt kassler m ananas med kall sås och potatis, grönsaker
Efterrätt	Hallonkaka med vaniljvisp
Kvällsmål	Janssons frestelse med ägg och råkost

Fredag 16 Jan

Lunch	Köttfärssås med spagetti
Alternativ lu	Pytt i panna m gräddsås och grönsaker
Kvällsmål	Stuvade makaroner med prinskorv och råkost

Lördag 17 Jan

Lunch	Apelsin- och sweetchilibakad fisk med potatis och grönsaker
Alternativ lu	Pannbiff med potatismos, stekt lök och grönsaker
Kvällsmål	Omelett med räkstuvning, potatis och råkost

Söndag 18 Jan

Lunch	Kycklinginnerfilé med potatis, dragonsås och grönsaker
Alternativ lu	Wienerkorv med potatis, sås och grönsaker
Efterrätt	Fruktsallad med vaniljvisp
Kvällsmål	Kallskuret med potatisgratäng och råkost

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 4

Måndag 19 Jan

Lunch	Köttbullar med potatis, sås och grönsaker
Alternativ lu	Chili sin Carne (vegofärs) med havreris
Kvällsmål	Ugnspannkaka , skinkfräs och råkost

Tisdag 20 Jan

Lunch	Fisk Björkeby med potatis och kall sås
Alternativ lu	Kikärtsbiff med potatis, kall sås och grönsaker
Kvällsmål	Bondomelett med råkost och dressing

Onsdag 21 Jan

Lunch	Pastagrätäng med kyckling, kall sås, grönsaker
Alternativ lu	Korv med potatismos
Kvällsmål	Kallskuret med potatissallad och råkost

Torsdag 22 Jan

Lunch	Hedvigsoppa
Alternativ lu	Kassler med chilitäcke, potatis och råkost
Efterrätt	Blåbärspaj med vaniljvisp
Kvällsmål	Bakad potatis med skinkröra och råkost

Fredag 23 Jan

Lunch	Ajvarkyckling med matvete
Alternativ lu	Köttfärslimpa, sås, potatis, grönsaker
Kvällsmål	Fläskkorv med potatis, pepparrotssås och grönsaker

Lördag 24 Jan

Lunch	Panerad spätta med potatis, remouladesås och grönsaker
Alternativ lu	Kreolsk fläskfilégryta med potatis och grönsaker
Kvällsmål	Kycklingpaj med grönsaker och kall sås

Söndag 25 Jan

Lunch	Söndagsstek med potatis och sås, grönsaker
Alternativ lu	Broccoli och skinkgratäng med potatis, råkost
Efterrätt	Chokladpudding med vispgrädde
Kvällsmål	Crepes med fyllning, råkost och kall sås

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 5

Måndag 26 Jan

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

Tisdag 27 Jan

Lunch	Pizzafisk med potatis
Alternativ lu	Grönsaksbiff Caribbean med potatis, kall sås och grönsaker
Kvällsmål	Biffsmörgås med gurkmajonnäs, grönsaker

Onsdag 28 Jan

Lunch	Korv med stuvad vitkål, potatis och grönsaker
Alternativ lu	Pasta med ost & skinksås och råkost
Kvällsmål	Matjestårta med råkost, dressing

Torsdag 29 Jan

Lunch	Broccolisoppa
Alternativ lu	Köttbullar med potatis, sås och grönsaker
Efterrätt	Bärkräm med visptopp
Kvällsmål	Potatisbullar med strimlat kött och råkost

Fredag 30 Jan

Lunch	Köttfärslimpa(bl färs) med potatis och sås
Alternativ lu	Festlig Kyckling med potatis
Kvällsmål	Raggmunkar med stekt fläsk, råkost

Lördag 31 Jan

Lunch	Fiskgratäng med potatis och grönsaker
Alternativ lu	Skinka- och spenatpaj med dressing och grönsaker
Kvällsmål	Kokt korv med potatis, senapssås och råkost

Söndag 1 Feb

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

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 6

Måndag 2 Feb

Lunch	Korv med rotmos och grönsaker
Alternativ lu	Indisk gryta Garam Masala med ris (veg)
Kvällsmål	Skinka med mimosasallad och potatis

Tisdag 3 Feb

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås, grönsaker
Alternativ lu	Morotsbiff med potatis och sås
Kvällsmål	Kycklingfrestelse och råkost

Onsdag 4 Feb

Lunch	Schnitzel med potatis, sås och grönsaker
Alternativ lu	Pannbiff med brunsås och potatis
Kvällsmål	Stuvade grönsaker med stekt fläsk och potatis

Torsdag 5 Feb

Lunch	Tomatsoppa med pasta alt ris
Alternativ lu	Bratwurst med stuvad potatis och grönsaker
Efterrätt	Chokladpudding med visptopp
Kvällsmål	Ägg och sill med potatis och gräddfil, råkost

Fredag 6 Feb

Lunch	Kalops med potatis och grönsaker
Alternativ lu	Kyckling gryta (curry) med ris och grönsaker
Kvällsmål	Blandad fruktkräm

Lördag 7 Feb

Lunch	Fisk Bordelaise med potatis, smörsås och grönsaker
Alternativ lu	Korv med potatis, smörsås och grönsaker
Kvällsmål	Bakpotatis med kyckling röra och råkost

Söndag 8 Feb

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

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 7

Måndag 9 Feb

Lunch	Stekt kyckling med klyftpotatis och tzatziki
Alternativ lu	Korv Stroganoff med havreris
Kvällsmål	Ost och skinkpaj med grönsaker och dressing

Tisdag 10 Feb

Lunch	Panerad fisk med potatis och kall sås
Alternativ lu	Färsrätt , grönsaksstuvning, stekt potatis
Kvällsmål	Kassler (griskött) med potatis och svampsås

Onsdag 11 Feb

Lunch	Kycklinggryta med potatis och grönsaker
Alternativ lu	Köttgryta med potatis alt ris
Kvällsmål	Fläskpannkaka med råkost

Torsdag 12 Feb

Lunch	Ärtsoppa med fläsk
Alternativ lu	Färsrätt med potatis och sås, grönsaker
Efterrätt	Hastkaka med äpple, visptopp
Kvällsmål	Ägg och sill med potatis och gräddfil, råkost

Fredag 13 Feb

Lunch	Helstekt karré, sås , potatis och grönsaker
Alternativ lu	Köttfärssås med pasta
Kvällsmål	Potatisbullar med stekt fläsk och råkost, dressing

Lördag 14 Feb

Lunch	Fiskgryta med potatis och grönsaker
Alternativ lu	Kyckling med potatis, kall örtsås och grönsaker
Kvällsmål	Kallskuret med potatisgratäng och råkost

Söndag 15 Feb

Lunch	Fläskfilé Oscar med potatisklyftor, choronsås och grönsaker
Alternativ lu	Färsrätt med potatisklyftor, choronsås och grönsaker
Efterrätt	Päron med vispgrädde
Kvällsmål	Ost och skinkpaj med råkost och dressing

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 8

Måndag 16 Feb

Lunch	Skinkfrestelse med grönsaker
Alternativ lu	Kökets val
Kvällsmål	Bakpotatis med tonfiskröra och råkost

Tisdag 17 Feb

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

Onsdag 18 Feb

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

Torsdag 19 Feb

Lunch	Champinjonsoppa med skinka
Alternativ lu	Frikadeller med potatis, currysås och råkost
Efterrätt	Citronfromage med visptopp
Kvällsmål	Korv med stuvad spenat och råkost

Fredag 20 Feb

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

Lördag 21 Feb

Lunch	Fiskgratäng m creme fraiche, potatis och grönsaker
Alternativ lu	Schnitzel med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål	Köttfärspaj med råkost och kall sås

Söndag 22 Feb

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

ÄO Boende v 3-9 2026

Vecka 9

Måndag 23 Feb

Lunch	Vegetarisk schnitzel med potatis och kall sås
Alternativ lu	Biff a la Lindström med potatis, sås och grönsaker
Kvällsmål	Fläskkorv med rotmos och grönsaker

Tisdag 24 Feb

Lunch	Panerad fisk med potatismos, kall sås och grönsaker
Alternativ lu	Isterband med dillstuvad potatis och grönsaker.
Kvällsmål	Kycklingspett med klyftpotatis, kall sås och grönsaker

Onsdag 25 Feb

Lunch	Örtbakad kyckling med potatis, cidersås och grönsaker
Alternativ lu	Korv med pasta
Kvällsmål	Blodkorv med potatismos och råkost

Torsdag 26 Feb

Lunch	Kött- och grönsakssoppa
Alternativ lu	Broccoli och skinkgratäng med potatis
Efterrätt	Jordgubbspaj med visptopp
Kvällsmål	Köttkorv med potatis, pepparrotssås och råkost

Fredag 27 Feb

Lunch	Kebabpytt med dressing
Alternativ lu	Korv med bröd, potatismos och grönsaker
Kvällsmål	Kalvsylta med stekt potatis och rödbetssallad

Lördag 28 Feb

Lunch	Stekt sill med potatismos och grönsaker
Alternativ lu	Korv med potatismos och grönsaker
Kvällsmål	Omelett, köttbullar, spenatstuvning

Söndag 1 Mar

Lunch	Kotlettrad med potatis, bacon&svampsås och grönsaker
Alternativ lu	Färsrätt med potatis och bacon&svampsås, grönsaker
Efterrätt	Apelsin och chokladmousse med visptopp
Kvällsmål	Bärkräm med kaffegrädde