

## Matsedel för äldreomsorg och särskilt boende.

### Vecka 3

#### Måndag 13 Jan

<b>Middag</b>	Korv stroganoff, potatis/ ris, grönsaker
<b>Kvällsmål</b>	Nasi Goreng, vitlöksdressing och råkost

#### Tisdag 14 Jan

<b>Middag</b>	Fisk med citronsås och potatis, grönsaker
<b>Kvällsmål</b>	Ost- och baconpaj med råkost

#### Onsdag 15 Jan

<b>Middag</b>	Lasagne, grönsak och kall sås
<b>Kvällsmål</b>	Pytt i panna, sås, råkost

#### Torsdag 16 Jan

<b>Middag</b>	Minestrone-soppa med skinka
<b>Efterrätt</b>	Äppelkaka, vaniljsås
<b>Kvällsmål</b>	Omelett, köttbullar, spenatstuvning, potatis

#### Fredag 17 Jan

<b>Middag</b>	Biff- och rotfruktsgröta med potatis och grönsaker
<b>Kvällsmål</b>	Crepes med svamp, kall sås, råkost

#### Lördag 18 Jan

<b>Middag</b>	Stekt sill med potatismos och grönsaker
<b>Kvällsmål</b>	Moussaka med råkost

#### Söndag 19 Jan

<b>Middag</b>	Söndagsstek med sås, potatis och grönsaker
<b>Efterrätt</b>	Chokladpudding, grädde
<b>Kvällsmål</b>	Blomkål- och skinkgratäng med potatis, råkost

**Köket erbjuder veckans alternativ som går att få istället för dagens middag eller kvällsmål.**

**Soppa:** Veckans soppa  
**Husman:** Veckans husman  
**Paj:** Veckans paj

*Smaklig måltid.*

**Vi reserverar oss för eventuella ändringar**  
**Allergier? Fråga oss om innehållet i maten!**  
**Telefonnummer till köket 0415-37 84 44**

## Matsedel för äldreomsorg och särskilt boende.

### Vecka 4

#### Måndag 20 Jan

**Middag** Gulasch av vegobitar med potatis och yoghurtsås

**Kvällsmål** Bondomelett, kall sås, råkost

#### Tisdag 21 Jan

**Middag** Tacofiskgratäng med potatis och grönsaker

**Kvällsmål** Färsrätt , grönsaksstuvning, stekt potatis

#### Onsdag 22 Jan

**Middag** Rimmad bog med rotmos och grönsaker

**Kvällsmål** Skinkfrestelse med råkost

#### Torsdag 23 Jan

**Middag** Potatis- och purjolökssoppa med ärtpuré

**Efterrätt** Hallonkaka, grädde

**Kvällsmål** Stekt sill i ättika, potatismos, råkost

#### Fredag 24 Jan

**Middag** Pannbiff, brunsås, potatismos, grönsaker

**Kvällsmål** Korv med bröd, stekt potatis och råkost

#### Lördag 25 Jan

**Middag** Fiskpudding, potatis, skirat smör, grönsaker

**Kvällsmål** Bakad potatis, kyckling fyllning och råkost

#### Söndag 26 Jan

**Middag** Portergröta med potatis och grönsaker

**Efterrätt** Citronpaj m vispgrädde

**Kvällsmål** Sparrissoppa med skinkröra

**Köket erbjuder veckans alternativ som går att få istället för dagens middag eller kvällsmål.**

**Soppa:** Veckans soppa

**Husman:** Veckans husman

**Paj:** Veckans paj

*Smaklig måltid.*

**Vi reserverar oss för eventuella ändringar**

**Allergier? Fråga oss om innehållet i maten!**

**Telefonnummer till köket 0415-37 84 44**

## Matsedel för äldreomsorg och särskilt boende.

### Vecka 5

#### Måndag 27 Jan

**Middag** Lunchkorv, stuvad vitkål, grönsaker, potatis

**Kvällsmål** Kalvsylta, stekt potatis, rödbets sallad

#### Tisdag 28 Jan

**Middag** Panerad fisk, filsås, potatis, grönsaker

**Kvällsmål** Pasta med "Mamma Mia" sås och råkost

#### Onsdag 29 Jan

**Middag** Stekt kyckling, paprikasås, potatis, grönsaker

**Kvällsmål** Majslåda med skinka, potatis och råkost

#### Torsdag 30 Jan

**Middag** Tomatsoppa med pasta och små köttbullar.

**Efterätt** Ostkaka med aprikosås och grädde

**Kvällsmål** Stekt korv, sås, potatis och råkost

#### Fredag 31 Jan

**Middag** Köttfärslimpa med sås, potatis och grönsaker

**Kvällsmål** Flygande Jacob med ris och råkost

#### Lördag 1 Feb

**Middag** Fisk med täcke senap persilja, grönsaker potatis

**Kvällsmål** Raggmunkar med fläsk, råkost

#### Söndag 2 Feb

**Middag** Söndagsstek med sås, potatis och grönsaker

**Efterätt** Frukthemousse med visp

**Kvällsmål** Äppelris med skinkröra och råkost

**Köket erbjuder veckans alternativ som går att få istället för dagens middag eller kvällsmål.**

**Soppa:** Veckans soppa

**Husman:** Veckans husman

**Paj:** Veckans paj

*Smaklig måltid.*

**Vi reserverar oss för eventuella ändringar**

**Allergier? Fråga oss om innehållet i maten!**

**Telefonnummer till köket 0415-37 84 44**

## Matsedel för äldreomsorg och särskilt boende.

### Vecka 6

#### Måndag 3 Feb

**Middag** Kassler, svampsås, potatis, grönsaker  
**Kvällsmål** Potatisbullar med strimlat kött och råkost

#### Tisdag 4 Feb

**Middag** Apelsin- och sweetchilibakad fisk, potatis, grönsaker  
**Kvällsmål** Frittata med broccoli, champinjoner och paprika, råkost

#### Onsdag 5 Feb

**Middag** Falukorv, potatismos, grönsaker  
**Kvällsmål** Risotto med gräddkokta grönsaker och råkost

#### Torsdag 6 Feb

**Middag** Mexikansk soppa  
**Efterätt** Marängsviss  
**Kvällsmål** Makaronilåda med skinka, kall sås, råkost

#### Fredag 7 Feb

**Middag** Kycklinggryta med curry ,ris, grönsaker  
**Kvällsmål** Janssons frestelse, ägg och råkost

#### Lördag 8 Feb

**Middag** Stekt fisk, kaviarsås, grönsaker och potatis  
**Kvällsmål** Rökt kalkonbröst, potatisgratäng, råkost

#### Söndag 9 Feb

**Middag** Wallenbergare, skirat smör, grönsaker, potatismos  
**Efterätt** Ananaspaj  
**Kvällsmål** Redd grönsakssoppa med smörgåsröra

**Köket erbjuder veckans alternativ som går att få istället för dagens middag eller kvällsmål.**

**Soppa:** Veckans soppa  
**Husman:** Veckans husman  
**Paj:** Veckans paj

*Smaklig måltid.*

**Vi reserverar oss för eventuella ändringar**  
**Allergier? Fråga oss om innehållet i maten!**  
**Telefonnummer till köket 0415-37 84 44**

## Matsedel för äldreomsorg och särskilt boende.

### Vecka 7

#### Måndag 10 Feb

**Middag** Kycklingköttbullar, tomatsås, ris

**Kvällsmål** Fläskpannkaka och råkost

#### Tisdag 11 Feb

**Middag** Fisk med paneringstopping, kall dillsås, potatis, grönsaker

**Kvällsmål** Pytt i panna med kyckling, rotfrukter och varm sås

#### Onsdag 12 Feb

**Middag** Bruna bönor, stekt fläsk, potatis och grönsaker

**Kvällsmål** Risgrynsgrot, jordgubbssås, leverpastej

#### Torsdag 13 Feb

**Middag** Broccolisoppa med skinka

**Efterrätt** Mint päron med vispgrädde

**Kvällsmål** Blodkorv med bacon, potatis och råkost

#### Fredag 14 Feb

**Middag** Kålpudding, sås, potatis, grönsaker

**Kvällsmål** Crepes med räkfyllning, kall sås, råkost

#### Lördag 15 Feb

**Middag** Kokt fisk, ägg- och persiljesås, potatis, grönsaker

**Kvällsmål** Smörgåstårta med skinka

#### Söndag 16 Feb

**Middag** Söndagsstek med sås, potatis och grönsaker

**Efterrätt** Chokladpudding, grädde

**Kvällsmål** Bärkräm med kaffebrädde, kycklingröra

**Köket erbjuder veckans alternativ som går att få istället för dagens middag eller kvällsmål.**

**Soppa:** Veckans soppa

**Husman:** Veckans husman

**Paj:** Veckans paj

*Smaklig måltid.*

**Vi reserverar oss för eventuella ändringar**

**Allergier? Fråga oss om innehållet i maten!**

**Telefonnummer till köket 0415-37 84 44**