



Skolmatsedel

Oktober 2017

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
VECKA 40 2-6 OKT	Chili con carne serveras med ris, nachos Rotfruktsgratäng, grönsaksbiff	Morotsbollar serveras med ugnsstekt potatis, vitlökssås Soja bolognese, pasta	Studiedag	Raggmunk, keso, lingon Pastasallad med ost och bönor, dressing	Ugnstekt falukorv serveras med potatismos Broccolisoppa
VECKA 41 9-13 OKT	Ungersk gulaschgryta serveras med bulgur Morotsbollar, kryddgrönt mos	Köttfärs i form serveras med kokt potatis, brunsås Linneas böngryta, potatis	Ugnstekt fisk serveras med kokt potatis, kall sås med äpple Medelhavs-biff, potatis, kall sås med äpple	Pastagrätäng veg. Palsternacka och quorn i currysås, bulgur	Italiensk ostsoppa, hembakat bröd Paella
VECKA 42 16-20 OKT	Kyckling i currysås serveras med ris Röd linssås, ris	Tuvas sås, pasta Stekt winjekorv, rotmos	Fiskpanett serveras med kokt potatis, gräddfilssås Rödbetsbiff, potatis, gräddfilssås	Makaronigratäng med köttfärs Indisk sötsur gryta , jasminris	Kalops serveras med kokt potatis, rödbetor Champinjonsoppa
VECKA 43 23-27 OKT	Stekt prinskorv, stuvade makaroner Sojabönsbiff, solskensmos	Kålpudding serveras med kokt potatis, brunsås Vetekornspilaff med svarta bönor	Laxgratäng Skördegryta, potatis	Kyckling i grön curry, jasminris Linsvegett, potatisgratäng	Tomat- och pastasoppa Spenat- och kikärtspaj
VECKA 44 30 OKT-3 NOV	LOV	LOV	LOV	LOV	LOV

Smaklig måltid hälsar kostenheten ☺

Det finns alltid två maträtter att välja mellan. Till det serveras en riklig salladsbuffé varierad efter säsong, olika sorters knäckebröd, bregott, ekologisk lättnmjölk, vatten/vatten med bubblor. Potatisen som serveras är alltid närodlat. Grönsakerna är närodlat i så stor utsträckning som möjligt. Det serveras alltid svenskt kött/kyckling och så ofta det är möjligt är köttet närproducerat i Östergötland. Fiskrätterna lagas av färsk fisk (dock ej fiskpanetterna). I princip alla maträtter lagas "från grunden" i Culinarköket (kommunens centralkök). Anpassningar görs i denna matsedel till eventuell specialkost.