

Matsedel vecka 2



Måndag

Spagetti med köttfärssås

Tisdag

Korv stroganoff med ris

Onsdag

Linssoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Fisk med kokt potatis

Fredag

Vegetarisk lasagne

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 3



Måndag

Chili con carne med ris

Tisdag

Köttbullar med potatismos och ketchup

Onsdag

Kycklingsoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Panerad fisk med kokt potatis och kall sås

Fredag

Vegetarisk pytt i panna med rödbetor och pizzasallad

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 4



Måndag

Kalops med kokt potatis

Tisdag

Studiedag

Onsdag

Linsoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Lax med kokt potatis och vit sås

Fredag

Grillad kyckling med ris och brunsås

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 5



Måndag

Ärtbiffar med ris och champinjonsås

Tisdag

Pasta med kycklingnuggets och currysås

Onsdag

Broccolisoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Fiskgratäng

Fredag

Kinawok/ thaimat

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 6



Måndag

Köttgyta med quinoa

Tisdag

Korv med bröd, ketchup och senap

Onsdag

Ärtsoppa, pankakor och sylt

Torsdag

Panerad fisk med kokt potatis

Fredag

Falafelrulle

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 7



Måndag

Kycklinggryta med grönsaker och ris

Tisdag

Vegetarisk grönsaksgratäng med svamp

Onsdag

Spenatsoppa med kokt ägg serveras med ostsmörgås

Torsdag

Fisk med potatismos

Fredag

Hamburgare med bröd och pommis

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 9



Måndag

Panerad kyckling med klyftpotatis

Tisdag

Potatisgratäng med vegetarisk korv

Onsdag

Broccolisoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Fisk med kokt potatis och äggsås

Fredag

Pizza (kebab-kyckling-tonfisk) med kebabsås eller vitlöksås

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 10



Måndag

Fransk köttgryta med bulgur

Tisdag

Kycklinggryta med grönsaker och ris

Onsdag

Ärtsoppa, pannkakor med sylt

Torsdag

Fisk med klyftpotatis

Fredag

Grillad kyckling med ris och pizzasallad

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 11



Måndag

Orientalisk köttgryta med ris

Tisdag

Korv med bröd, ketchup och senap

Onsdag

Studiedag

Torsdag

Panerad fisk med kokt potatis Spenatsoppa med kokt ägg serveras med ostsmörgås

Fredag

Köttbullar med pastasallad

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 12



Måndag

Qournfile med brunsås och klyftpotatis

Tisdag

Pasta med kycklingnuggets och currysås

Onsdag

Broccolisoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Fiskgratäng

Fredag

Tacos

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 13



Måndag

Spagetti med vegetarisk svamp och grönsakssås

Tisdag

Korv stroganoff med ris

Onsdag

Kycklingsoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Fisk med kokt potatis

Fredag

Lasagne

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!

Matsedel vecka 14



Måndag

Pytt i panna, rödbettor och pizzasallad

Tisdag

Köttbullar med kokt potatis

Onsdag

Grönsaksoppa serveras med ostsmörgås och frukt

Torsdag

Lax med kokt potatis och vit sås

Fredag

Hamburger med pommes och dressing

Till varje måltid serveras sallad, knäckebröd och mjölk/vatten

SMAKLIG MÅLTID!