

Meny Kvarngårdesskolan Ht-19

Vecka 34

Måndag 19 augusti

Köttbullar och pasta

Ajvar- och spenatsås och pasta

Tisdag 20 augusti

Lättpanerad fisk, remouladsås och potatis

Kikärtsbiff, remouladsås och potatis

Onsdag 21 augusti

Falukorv och potatismos

Vegokorv och potatismos

Torsdag 22 augusti

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 23 augusti

Chicken fajita med tortillabröd och ris

Bönröra med tortillabröd och ris

Vecka 35

Måndag 26 augusti

Thaigryta med kyckling och ris

Falafel och ris

Tisdag 27 augusti

Lasagne med röda linser och timjan

Onsdag 28 augusti

Fiskgratäng med örter och ris

Krämig linsgryta och ris

Torsdag 29 augusti

Raggmunk med keso och lingonsylt

Fredag 30 augusti

Spagetti med köttfärssås

Spagetti med morotssås

Vecka 36

Måndag 2 september

Pasta med kyckling- och currysås

Pasta med tomat- och kikärtssås

Tisdag 3 september

Korvstroganoff med ris

Morotstroganoff med ris

Onsdag 4 september

Fisk med frastäcke, örtsås och potatismos

Rårisbiffar, örtsås och potatismos

Torsdag 5 september

Potatis-och purjosoppa och mjukt bröd

Fredag 6 september

Hamburgare, bröd och klyftpotatis

Falafelburgare, bröd och klyftpotatis

Vecka 37

Måndag 9 september

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 10 september

Tapsi (grönsaksgryta) och bulgur

Onsdag 11 september

Citronsej och potatismos

Pastagrätäng med heta grönsaker

Torsdag 12 september

Wok med grönsaker, nudlar och kokosmjölk

Heta morotsbullar med stekt matvete och currysås

Fredag 13 september

Chilifärsgryta och ris

Vegofärsgryta och ris

Vecka 38

Måndag 16 september

Köttbullar och pasta

Pasta med ajvar-och spenatsås

Tisdag 17 september

Korv med potatismos

Vegokorv och potatismos

Onsdag 18 september

Fiskgratäng med dragonsås och potatis

Grönsaksbiffar med kall örtsås och potatis

Torsdag 19 september

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 20 september

Chicken fajita med tortillabröd och ris

Bönröra med tortillabröd och ris

Vecka 39

Måndag 23 september

Kycklinggryta med curry och ris

Krämig linsgryta med ris

Tisdag 24 september

Hot cod med remouladsås och potatis

Röd lasagne med timjan och linser

Onsdag 25 september

Gulasch med ris

Falafel med ris

Torsdag 26 september

Spagetti med morotssås

Fredag 27 september

Kökets val



Vecka 40

Måndag 30 september

Pasta med ost- och kalkonsås

Pasta med tomat- och kikärtssås

Tisdag 1 oktober

Kycklingpytt med kall currysås

Palsternacksbiffar med ris och currysås

Onsdag 2 oktober

Sej med morotstäckle och potatis

Hulkenbiffar med potatis

Torsdag 3 oktober

Broccolisoppa, mjukt bröd och ost

Fredag 4 oktober

Lasagne

Röd lasagne

Vecka 41

Måndag 7 oktober

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 8 oktober

Chilifalu och ris

Morotstroganoff och ris

Onsdag 9 oktober

Broccoligratinerad fisk och potatis

Böngulasch med potatis

Torsdag 10 oktober

Grekisk färspanna med kebabsås och klyftpotatis

Ärtbiff med kebabsås och klyftpotatis

Fredag 11 oktober

Spagetti med kyckling- och currysås

Spagetti med linssås

Vecka 42

Måndag 14 oktober

Pasta med ajvar- och spenatsås

Tisdag 15 oktober

Kycklingfärgryta med matvete

Kikärtsbiffar med matvete

Onsdag 16 oktober

Fisk med frastäcke, dillsås och potatis

Indisk quorngröta och potatis

Torsdag 17 oktober

Morotssoppa och mjukt bröd

Fredag 18 oktober

Kökets val

Vecka 43 "Skördetid"

Måndag 21 oktober

Köttbullar med potatismos, gräddsås och lingon

Kålrotslåda

Tisdag 22 oktober

Pytt i panna med rödbetor

Rotfruktpytt med rödbetor

Onsdag 23 oktober

Sej med morotstäckle och potatis

Grönsaksbiffar med potatis och yoghurtsås

Torsdag 24 oktober

Raggmunk med lingonsylt och keso

Fredag 25 oktober

Falukorv med rotmos och senap

Broccoligratäng

Vecka 44 Höstlov

Vecka 45

Måndag 4 november

Pasta med krämig tomatås

Pasta med krämig broccolisås

Tisdag 5 november

Fisk med frastäcke, örtsås och potatis

Cajunbiffar med örtsås och potatis

Onsdag 6 november

Korv Stroganoff med ris

Morot Stroganoff med ris

Torsdag 7 november

Ugnspannkaka med sylt och keso

Fredag 8 november

Thaigryta med kyckling och basmatiris

Thaigryta med quorn och basmatiris

Vecka 46

Måndag 11 november

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 12 november

Chilifärgryta och matvete

Vegochili med matvete

Onsdag 13 november

Fiskgratäng med örter och potatis

Kikärtsbiff och potatis

Torsdag 14 november

Lasagne med röda linser och timjan

Fredag 15 november

Indisk kycklinggröta med kryddigt ris och

myntayoghurt

Morotsbullar med kryddigt ris och myntayoghurt



Vecka 47

Måndag 18 november

Pasta med skinksås
Pasta med ajuar-och spenatsås

Tisdag 19 november

Fisk med frastäcke, kall sås och potatis
Kikärtsbiff med kall sås och potatis

Onsdag 20 november

Korv och potatismos
Vegokorv med potatismos

Torsdag 21 november

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 22 november

Färspanna med ris och dragonsås
Pumpa curry med kikärter och ris

Vecka 48

Måndag 25 november

Korvgryta med sting och bulgur
Krämig linsgryta med bulgur

Tisdag 26 november

Lasagne med röda linser och timjan

Onsdag 27 november

Fiskgratäng med basilika och potatismos
morotsbollar med potatismos

Torsdag 28 november

Risotto med vitlökssås

Fredag 29 november

Spagetti och köttfärssås
Spagetti med linsbolognese

Vecka 49

Måndag 2 december

Kycklingpytt med kall currysås
Rotfruktpytt med linser och kalla currysås

Tisdag 3 december

Fisk med frastäcke, kall örtsås och potatis
Rårisbiffar med kall örtsås och kokt potatis

Onsdag 4 december

Korv Stroganoff med ris
Morot Stroganoff med ris

Torsdag 5 december

Potatis- och purjolökssoppa med mjukt bröd

Fredag 6 december

Köttfärsgratäng med tacosmak
Vegofärsgratäng med tacosmak

Vecka 50

Måndag 9 december

Prinskorv med stuvad grönkål och potatis
Vegokorv med stuvad grönkål och potatis

Tisdag 10 december - Nobeldagen

Marinerad kycklinginnerfilé med potatisgratäng
Bönbiffar med potatisgratäng

Onsdag 11 december

Vegochili med matvete

Torsdag 12 december

Raggmunk med lingonsylt och keso

Fredag 13 december - Lucia

Risgrynsgrot, mjukt bröd och ost

Vecka 51

Måndag 16 december

Kökets val

Tisdag 17 december

Jullunch

Onsdag 18 december

Pannkakor med sylt och keso

Torsdag 19 december

Hamburgare med bröd och klyftpotatis
Grönsaksburgare med bröd och klyftpotatis

Fredag 20 december

Skolavslutning- Kökets val

Med reservation för ev. ändringar

**GOD JUL
&
GOTT NYTT ÅR!**

