

Meny Kvarngärdesskolan Ht-20

Vecka 34

Måndag 17 augusti

Köttbullar och pasta
Ajvar- och spenatsås och pasta

Tisdag 18 augusti

Fisk med frastäcke, remouladsås och potatis
Kikärtsbiff, remouladsås och potatis

Onsdag 19 augusti

Falukorv och potatismos
Sojakorv och potatismos

Torsdag 20 augusti

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 21 augusti

Chicken fajita med tortillabröd och ris
Bönröra med tortillabröd och ris

Vecka 35

Måndag 24 augusti

Thaigryta med kyckling och ris
Asiatiska bönbollar och ris

Tisdag 25 augusti

Lasagne med röda linser och timjan

Onsdag 26 augusti

Fiskgratäng med örter och ris
Falafel, tzatziki och ris

Torsdag 27 augusti

Raggmunk med keso och lingonsylt

Fredag 28 augusti

Spagetti med köttfärssås
Spagetti med morotssås

Vecka 36

Måndag 31 augusti

Pasta med kyckling- och currysås
Pasta med tomat- och kikärtssås

Tisdag 1 september

Korv stroganoff och ris
Morot stroganoff och ris

Onsdag 2 september

Fisk med frastäcke, örtsås och potatismos
Rårisbiffar, örtsås och potatismos

Torsdag 3 september

Potatis-och purjosoppa och mjukt bröd

Fredag 4 september

Hönsfärsburgare, bröd och klyftpotatis
Grönsaksburgare, bröd och klyftpotatis

Vecka 37

Måndag 7 september

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 8 september

Blomkål- och kokoskorma med bulgur

Onsdag 9 september

Citronrimmad sej och potatis
Indisk daal med potatis

Torsdag 10 september

Heta morotsbullar med stekt matvete och currysås

Fredag 11 september

Chilifärsgröta och ris
Vegochili och ris

Vecka 38

Måndag 14 september

Köttbullar och pasta
Pasta med ajvar-och spenatsås

Tisdag 15 september

Korv och potatismos
Vegokorv och potatismos

Onsdag 16 september

Fiskgratäng med dragonsås och potatis
Majs- och broccolibiffar med kall örtsås och potatis

Torsdag 17 september

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 18 september

Chickenfajita med tortillabröd och ris
Bönröra med tortillabröd och ris

Vecka 39

Måndag 21 september

Kycklinggryta med curry och ris
Linscurry med ris

Tisdag 22 september

Hot cod (panerad fisk) remouladsås och potatis
Spenatlasagne

Onsdag 23 september

Gulasch med potatis
Falafel med stekt matvete

Torsdag 24 september

Spagetti och grönsakssås med röda linser

Fredag 25 september

Kökets val



Vecka 40

Måndag 28 september

Pasta med ost- och kalkonsås

Pasta med vegofärssås

Tisdag 29 september

Kycklingpytt med currydressing

Rotfruktspytt med currydressing

Onsdag 30 september

Sej med morotstäcke och potatis

Palsternacksbiff med potatis

Torsdag 1 oktober

Broccolisoppa, mjukt bröd och ost

Fredag 2 oktober

Lasagne

Vegetarisk lasagne

Vecka 41

Måndag 5 oktober

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 6 oktober

Prinskorv och potatismos

Medelhavs-biff och potatismos

Onsdag 7 oktober

Broccoligratinerad fisk och potatis

Böngulasch och potatis

Torsdag 8 oktober

Grekisk färspanna med morotstzatziki och klyftpotatis

Ärtbiff med morotstzatziki och klyftpotatis

Fredag 9 oktober

Spagetti kyckling- och currysås

Spagetti med linsbolognese

Vecka 42

Måndag 12 oktober

Pasta med ajvar- och spenatsås

Tisdag 13 oktober

Färsgröta med paprika och curry och matvete

Kikärtsbiff med matvete

Onsdag 14 oktober

Panerad sej med dillsås och potatis

Indisk quorngröta med potatis

Torsdag 15 oktober Offentliga måltidens dag

Övriga lunch

Fredag 16 oktober

Kökets val

Kökets gröna val

Vecka 43 SKÖRDETID

Måndag 19 oktober

Köttbullar med gräddsås, potatis och lingon

Rotfruktsfrestelse

Tisdag 20 oktober

Viltgröta med rotfrukter och potatis

Rotfruktspytt med linser

Onsdag 21 oktober

Fiskgratäng med broccoli och potatis

Zucchini- och morotsbiff med potatis

Torsdag 22 oktober

Raggmunk med lingonsylt och keso

Fredag 23 oktober

Korv med senapssås och potatis

Svampbiffar med potatis

Vecka 44

Höstlov

Vecka 45

Måndag 2 november

Pasta med broccolisås

Tisdag 3 november

Fisk med frastäcke, örtsås och potatis

Cajunbiff med örtsås och potatis

Onsdag 4 november

Korv stroganoff med ris

Morot stroganoff med ris

Torsdag 5 november

Pannkaka med sylt och keso

Fredag 6 november

Gästens val

Vecka 46

Måndag 9 november

Potatisbullar med lingonsylt och keso

Tisdag 10 november

Chilifärsgröta med matvete

Vegochili med matvete

Onsdag 11 november

Fiskgratäng med örter och potatis

Falafelbiff med potatis och dressing

Torsdag 12 november

Röd lasagne med linser och timjan

Fredag 13 november

Indisk kycklinggröta med ris och myntayoghurt

Heta morotsbullar med ris och myntayoghurt



Vecka 47

Måndag 16 november

Pasta med ost- och kalkonsås

Pasta med sås verde

Tisdag 17 november

Fisk med frastäcke, gräddfilssås och potatis

Quinoabiffar med potatis och gräddfilssås

Onsdag 18 november

Korv och potatismos

Vegokorv och potatismos

Torsdag 19 november

Blomkålssoppa med mjukt bröd

Fredag 20 november

Hönsfärsbiff med ris och dragonsås

Pumpa curry med kikärter och ris

Vecka 48

Måndag 23 november

Korvgryta med sting och bulgur

Krämig linsgryta med bulgur

Tisdag 24 november

Lasagne med spenat

Onsdag 25 november

Sej med basilikatäcke och potatismos

Morotsbollar med potatismos

Torsdag 26 november

Indisk daal med matvete

Fredag 27 november

Spagetti och köttfärsås

Spagetti och linsbolognese

Vecka 49

Måndag 30 november

Kycklingpytt med currysås

Rotfruktspytt med currysås

Tisdag 1 december

Rårisbiffar med paprikasås och klyftpotatis

Onsdag 2 december

Korvstroganoff med ris

Morotstroganoff med ris

Torsdag 3 december

Ugnspannkaka med lingon

Fredag 4 december

Köttfärsgratäng med tacosmak

Vegogratäng med tacosmak

Vecka 50

Måndag 7 december

Prinskorv med stuvad grönkål och kokt potatis

Vegokorv med stuvad grönkål och potatis

Tisdag 8 december

Raggmunk med lingonsylt och keso

Onsdag 9 december

Vegochili och matvete

Torsdag 10 december Nobeldagen

Marinerad kycklinginnerfilé med potatisgratäng

Matvetebiffar med potatisgratäng

Fredag 11 december

Risgrynsgröt, mjukt bröd och clementin

Vecka 51

Måndag 14 december

Kökets val

Kökets gröna val

Tisdag 15 december

Kökets val

Kökets gröna val

Onsdag 16 december

Pannkaka med sylt och keso

Torsdag 17 december

Hamburgare med bröd och klyftpotatis

Grönsaksburgare med bröd och klyftpotatis

Fredag 18 december

Skolavslutning

Kökets val



Med reservation för ev. ändringar

