

## Meny Kvarngärdesskolan Ht-18

### Vecka 34

#### Måndag 20 augusti

Köttbullar och pasta  
Ajvar- och spenatsås och pasta

#### Tisdag 21 augusti

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

#### Onsdag 22 augusti

Falukorv och potatismos  
Sojakorv och potatismos

#### Torsdag 23 augusti

Pannkaka med sylt och keso

#### Fredag 24 augusti

Chicken fajita med tortillabröd och ris  
Bönröra med tortillabröd och ris

### Vecka 35

#### Måndag 27 augusti

Thaigryta med kyckling och ris  
Linsgryta och ris

#### Tisdag 28 augusti

Lasagne med röda linser och timjan

#### Onsdag 29 augusti

Fiskgratäng med örter och ris  
Falafel, tzatziki och ris

#### Torsdag 30 augusti

Raggmunk med keso och lingonsylt

#### Fredag 31 augusti

Spagetti med köttfärssås  
Spagetti med morotssås

### Vecka 36

#### Måndag 3 september

Pasta med ost-och skinksås  
Pasta med tomatsås

#### Tisdag 4 september

Korv stroganoff och ris  
Morot stroganoff och ris

#### Onsdag 5 september

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

#### Torsdag 6 september

Potatis-och purjosoppa och mjukt bröd

#### Fredag 7 september

Hamburgare, bröd och klyftpotatis  
Greenburger, bröd och klyftpotatis

### Vecka 37

#### Måndag 10 september

Potatisbullar med lingonsylt och keso

#### Tisdag 11 september

Korvgryta med sting och potatis  
Bönbiffar med basilikacrème och potatis

### Onsdag 12 september

Citronrimmad sej och potatismos  
Pastagrätäng med heta grönsaker

### Torsdag 13 september

Nudelwok med grönsaker och kokosmjölk  
Pitabröd med morotsnuggets och coleslow

### Fredag 14 september

Chili con carne och ris  
Chili sin carne och ris

### Vecka 38

#### Måndag 17 september

Köttbullar och pasta  
Pasta med ajvar-och spenatsås

#### Tisdag 18 september

Prinskorv och potatismos  
Kikärtsbiff och potatismos

#### Onsdag 19 september

Fiskgratäng med dragonsås och potatis  
Grönsaksbiffar med kall örtsås och potatis

#### Torsdag 20 september

Pannkaka med sylt och keso

#### Fredag 21 september

Nötfärsröra med tortillabröd och ris  
Bönröra med tortillabröd och ris

### Vecka 39

#### Måndag 24 september

Kycklinggryta med curry och ris  
Krämig linsgryta med ris

#### Tisdag 25 september

Hot cod (frasig fisk) remouladsås och klyftpotatis  
Lasagne med röda linser och timjan

#### Onsdag 26 september

Gulasch och ris  
Falafel, vitlökssås och ris

#### Torsdag 27 september

Spagetti med mild morotssås

#### Fredag 28 september

Kökets val



## Vecka 40

### Måndag 1 oktober

Pasta med ost- och kalkonsås

Pasta med tomatsås

### Tisdag 2 oktober

Pasta med rostade grönsaker och ost

### Onsdag 3 oktober

Sej med morotstäck och ris

Cornballs med vitlökssås och ris

### Torsdag 4 oktober

Broccolisoppa, mjukt bröd och ost

### Fredag 5 oktober

Tacobuffé

Grön tacobuffé

## Vecka 41

### Måndag 8 oktober

Potatisbullar med lingonsylt och keso

### Tisdag 9 oktober

Chilifalu och potatismos

Palsternacksbiffar med potatismos

### Onsdag 10 oktober

Broccoligratinerad fisk och potatis

Moussaka med ost

### Torsdag 11 oktober

Grekisk färspanna med tzatziki och klyftpotatis

Ärtbiff med tzatziki och klyftpotatis

### Fredag 12 oktober

Spagetti med köttfärssås

Spagetti med morotssås

## Vecka 42

### Måndag 15 oktober

Pasta med ajvar- och spenatsås

### Tisdag 16 oktober

Kycklingfärgryta med curry och ris

Kikärtsbiff med myntayoghurt och ris

### Onsdag 17 oktober

Fisk med frastäcke, remouladsås och potatis

Pasta med rostade grönsaker och ost

### Torsdag 18 oktober

Morotssoppa och mjukt bröd

### Fredag 19 oktober

Lasagne

Röd lasagne med linser och timjan

## Vecka 43 SKÖRDEVECKA

### Måndag 22 oktober

Köttbullar med gräddsås, potatis och lingon

Löksoppa med krutonger

### Tisdag 23 oktober

Pytt i panna med ugnsbakade rödbetor

Rotfruktspytt med ugnsbakade rödbetor

### Onsdag 24 oktober

Örtmarinerad kycklinginnerfilé och matkornrisotto

Zucchini- och morotsbiff med matkornrisotto

## Torsdag 25 oktober

Raggmunk med lingonsylt och keso

## Fredag 26 oktober

Falukorv med rotmos

## Vecka 44

### Höstlov

## Vecka 45

### Måndag 5 november

Pasta med broccolisås

### Tisdag 6 november

Fisk med frastäcke, örtsås och potatis

Cajunbiff med örtsås och potatis

### Onsdag 7 november

Korv stroganoff med ris

Morot stroganoff med ris

### Torsdag 8 november

Potatis- och purjosoppa, mjukt bröd

### Fredag 9 november

Thaigryta med kyckling och ris

Kikärtsgryta med curry och ris

## Vecka 46

### Måndag 12 november

Potatisbullar med lingonsylt och keso

### Tisdag 13 november

Chili con carne och ris

Chili sin carne och ris

### Onsdag 14 november

Falafelburgare med bröd, potatismos och dressing

### Torsdag 15 november

Röd lasagne med linser och timjan

### Fredag 16 november

Orientalisk kyckling med ris och myntayoghurt

Heta morotsbullar med ris och myntayoghurt



## Vecka 47

### Måndag 19 november

Pasta med ost- och skinksås  
Pasta med ajuar- och spenatsås

### Tisdag 20 november

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

### Onsdag 21 november

Prinskorv med pasta  
Pasta med ost- och broccolisås

### Torsdag 22 november

Minestrone-soppa med mjukt bröd

### Fredag 23 november

Köttgryta och potatis  
Böngulasch och potatis

## Vecka 48

### Måndag 26 november

Kycklinggryta med curry och ris  
Krämig linsgryta med ris

### Tisdag 27 november

Röd lasagne med linser och timjan

### Onsdag 28 november

Fiskgratäng med örter och potatismos  
Medelhavs-biff med sås och potatis

### Torsdag 29 november

Indisk kikärtsgryta och ris

### Fredag 30 november

Nötfärsröra med tortillabröd och ris  
Bönröra med tortillabröd och ris

## Vecka 49

### Måndag 3 december

Kycklingpytt med currysås  
Rotfruktspytt med currysås

### Tisdag 4 december

Korv stroganoff med ris  
Morot stroganoff med ris

### Onsdag 5 december

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

### Torsdag 6 december

Ugnspannkaka med lingon

### Fredag 7 december

Köttfärsgratäng med tacosmak  
Vegogratäng med tacosmak

## Vecka 50

### Måndag 10 december

#### Nobeldagen

Marinerad kycklinginnerfilé med örtpasta  
Bönbiffar med örtpasta och basilikacrème

**Efterrätt:** Kladdkaka med grädde

### Tisdag 11 december

Raggmunk med lingonsylt och keso

### Onsdag 12 december

Kökets val  
Kökets gröna val

### Torsdag 13 december

Risgrynsgröt med vörtbröd, ost och apelsin

### Fredag 14 december

Spagetti med köttfärssås  
Spagetti med mild morotssås

## Vecka 51

### Måndag 17 december

Kökets val  
Kökets gröna val

### Tisdag 18 december

#### Jullunch

### Onsdag 19 december

Kökets val  
Kökets gröna val

### Torsdag 20 december

#### Skolavslutning

### Fredag 21 december

Kökets val  
Kökets gröna val

