



Vecka 45

**7/11 Måndag: Kökets meny**

**8/11 Tisdag:**

Pasta med lax & crème fraichesås  
Veg; Pasta med vegetarisk sås

**9/11 Onsdag:**

Tomatsoppa med rotfrukter och nygräddad baguette

**10/11 torsdag: MÅRTENS AFTON**

Stekt kyckling med gräddsås, kokt potatis, brysselkål och rödkål  
Veg; Quornfilé med gräddsås, kokt potatis, brysselkål och rödkål

**11/11 Fredag:**

Kebabgryta med ris  
Veg; Vegetarisk kebabgryta

Vecka 46

**14/11 Måndag:**

Korvgryta Forsell serveras med kokt potatis/matvete  
Veg; Ost & spenatbiffar med cous cous och yoghurtsås

**15/11 Tisdag:**

Stekt fiskfilé med dillsås, bakade morötter & kokt potatis  
Veg; Stekt ris med grönsaker

**16/11 Onsdag: Kökets meny**

**17/11 torsdag:**

Ost & skinksoppa med hembakat bröd  
Veg; Ostsoppa med pasta serveras med hembakat bröd

**18/11 Fredag:**

Köttfärsrutor med lingongräddsås och kokt potatis  
Veg; Vegetariska färsrutor med lingongräddsås & kokt potatis

Vecka 47

**21/11 Måndag:**

Spaghetti med kycklingfärssås  
Veg; Spaghetti med vegetarisk pastasås

**22/11 Tisdag:**

Fiskgratäng med kokt potatis & gröna bönor  
Veg; Mac `n` cheese med paprika & oregano

**23/11 Onsdag:**

Kassler med potatisgratäng  
Veg; Hemlagade morotsbiffar och potatisgratäng

**24/11 torsdag: Kökets meny**

**25/11 Fredag:**

Grekisk Moussaka

Vecka 48

**28/11 Måndag: Kökets meny**

**29/11 Tisdag:**

Bakad potatis med tonfiskröra  
Veg; Bakad potatis med ost & paprikafyllning

**30/11 Onsdag:**

Tacokryddad kycklingfärs på risbädd med nachos & salsa  
Veg; Bön & majsgröda med nachos, salsa & matvete

**1/12 torsdag:**

Hedvigs köttfärsgratäng med hembakat bröd  
Veg; Minestrone-soppa med hembakat bröd

**2/12 Fredag:**

Stekt korv (falukorv, kyckling och vegetarisk korv) serveras med potatismos, senap & ketchup

**VÄLKOMMEN TILL MÅLTIDSSERVICE!**

Vi erbjuder även ett vegetariskt alternativ på matsedeln vilken även serveras till de som har lämnat in intyg av etiska eller religiösa skäl. 1 dag i veckan har köken en egen "kökets meny" på respektive skola.

**VISSTE DU ATT..**

Vårt sallad och grönsaksbord varierar utifrån årstiderna!  
Det innebär att vi följer årets skördecykel!  
Vi serverar ketchup och lingonsylt med lägre socker i!

Visste du att våra köttbullar, färsrätter är hemlagade och att vi serverar färskt kött och fågel från Sverige! Fisken är MSC märkt och kommer från ett livskraftigt bestånd och har fiskats med omtanke om havsmiljön.

**SVINN**

Måltidsservice arbetar för ett minskat matsvinn.  
Därför reserverar vi oss för att 1 av maträtterna kan ta slut.  
Du som matgäst kan hjälpa till genom att slänga så lite mat som möjligt.



Följ oss på Facebook - [www.facebook.com/matgladisvalov](http://www.facebook.com/matgladisvalov)

**Smaklig spis önskar vi från Måltidsservice!**

