



### Vecka 41

**11/10 Måndag:**

Korvgryta med curry & persilja serveras med matkorn  
Alt: Ost & örtgratinerad rotsaksgratäng

**12/10 Tisdag:**

Fiskgratäng Benedectine serveras med kall citron & dill-sås samt kokt potatis Alt: Vegetarisk lasagnette

**13/10 Onsdag:**

Krämig tacogratäng serveras med ris, nachos & picklad rödlök Alt; Pumpasoppa, grönkålschips & crème fraiche

**14/10 Torsdag:**

Pasta "Carbonara"- Penne Rigate med bacon, ost & svartpeppar Alt; "Bolognese" på gröna linser serveras med italiensk hårdost

**15/10 Fredag: Kökets meny**

### Vecka 42

**18/10 Måndag** Pastagrätäng med ost & paprika

Alt: Tomat & rotfruktssoppa med ostcreme

**19/10 Tisdag:**

Ugnsbakad fisk med tomat & grädde, kokt potatis  
Alt; Frittata-Potatisomelett med zucchini & italiensk hårdost

**20/10 Onsdag: Kökets meny**

**21/10 Torsdag:**

Kycklingfärssoppa med nachos, crème fraiche och hembakat bröd Alt; Blomkålssoppa med örtolja & rostade pumpafrö

**22/10 Fredag:**

Köttfärsrutor med gräddsås, kokt potatis & lingon  
Alt; Vegetariska färsbiffar

### Vecka 43

**25/10 Måndag:**

Kycklinggryta med röd curry & jasminris  
Alt; Daal-Linsgryta med kokosmjölk & lime, jasminris

**26/10 Tisdag:**

Stekt fisk med ost & persilja, örtsås & potatis  
Alt; Hemlagade majsbiffar med salsa & matvete

**27/10 Onsdag:**

Sheperds Pie- Köttfärsgratäng med gratinerat potatismos  
Alt; Vegetarisk Sheperds Pie

**28/10 Torsdag:**

Pasta med tomat & basilikasås  
Alt; Mac `n` cheese med paprika & oregano

**29/10 Fredag: Kökets meny**

### Vecka 44

**1/11 Måndag: Höstlov**

**2/11 Tisdag: Höstlov**

**3/11 Onsdag: Höstlov**

**4/11 Torsdag: Höstlov**

**5/11 Fredag: Höstlov**

### 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](https://www.facebook.com/matgladisvalov)

**Smaklig spis önskar vi från Måltidsservice!**

