

Vecka 1**3/1 Måndag:
Kökets meny****4/1 Tisdag:
Kökets meny****5/1 Onsdag:
Kökets meny****6/1 torsdag: TRETTONDAG JUL****7/1 Fredag:
Kökets meny**Vecka 2**10/1 Måndag**
Kyckling Teriyaki med ris
Veg; Quorn Teriyaki med ris**11/1 Tisdag:**
Fiskgratäng med tomat & grädde serveras med
kokt potatis
Veg; Vårrullar med ris, sweet chili & soja**12/1 Onsdag:**
Stekt falukorv med potatismos, bostongurka, senap & ket-
chup Veg; Vegetarisk korv**13/1 torsdag:**
Ungersk gulaschsoppa med crème fraiche & hembakat
bröd Veg; Blomkålssoppa med örtolja & rostade pumpafrö**14/1 Fredag: Kökets meny**Vecka 3**17/1 Måndag:**
Korvgryta Forsell serveras med ris
Veg; Falafel med cous cous & vitlöksyoghurt**18/1 Tisdag:**
MSC-märkt fiskfilé med kall citronsås, dillbakade
rotfrukter & kokt potatis
Veg; Stekt ris med bönor & grönsaker**19/1 Onsdag: Kökets meny****20/1 torsdag:**
Ost & skinksoppa serveras med hembakat bröd
Veg; Ostsoppa med örtstekt svamp**21/1 Fredag:**
Hemlagade köttfärsrutor med gräddsås, kokt potatis &
lingon Veg; Vegetariska färsbiffar med gräddsås, potatisVecka 4**24/1 Måndag:**
Spaghetti med kycklingfärssås
Veg; Spaghetti med vegetarisk pastasås**25/1 Tisdag:**
Lättrimmad sejrygg med varm dillsås, gröna ärtor och kokt
potatis Veg; Mac `n` cheese med paprika & oregano**26/1 Onsdag: Kökets meny****27/1 torsdag:**
Köttgryta med röd curry & jasminris
Veg; Hemlagad morotsbiff med potatis & yoghurtssås**28/1 Fredag:**
Kassler med champinjonsås, grönsaker & kokt potatis
Veg; Quornfilé, champinjonsås, grönsaker & kokt potatis**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

Smaklig spis önskar vi från Måltidsservice!

