

Daghemmets matsedel

VECKA 1

Frukost

- Måndag: Rågflingegröt, päronpuré, morotsbitar
- Tisdag: Yoghurt, gurkskivor
- Onsdag: Flingor, paprikaskivor
- Torsdag: Smörgås, ost, isbergssallad
- Fredag: Havregröt, blåbärspuré, päron

Lunch

- Måndag: Broilersås, potatis, svarta vinbär, ananassallad
- Tisdag: Leverfärsbiff, potatismos, lingonsylt, persikosallad
- Onsdag: Pasta-köttfärsgratäng, rödbeta, rivna morötter
- Torsdag: Korvsoppa, rågbröd, paprikaskivor
- Fredag: Laxpasta, avokado-isbergssallad

Mellanmål

- Måndag: Rispiroger, äggskivor, äppelbitar
- Tisdag: Aprikospurégröt, ost, isbergssallad
- Onsdag: Smörgås, kalkonskinka, gurkskivor
- Torsdag: Naturell yoghurt, bär, rostade frön, morotsbit
- Fredag: Inbakad korv, färsk frukt, gurkstavar

VECKA 2

Frukost

- Måndag: Gröt av 4 sädeslag, äppeljuice, gurkskivor
- Tisdag: Kakao, smörgås, kalkonskinka, isbergssallad
- Onsdag: Aprikos-korngrynsgröt, morotsbitar
- Torsdag: Havregröt, ost, tomatkivor
- Fredag: Yoghurt, formbröd, gurkstavar, skinkskiva

Lunch

- Måndag: Skink-/kebabgratäng, strimlad isberg-gurka-tomat
- Tisdag: Vegetariska nuggets, klyftpotatis, chilisås, kål-pumpasallad
- Onsdag: Fisk på husets vis, citronmajonnäs, potatismos, broccoli
- Torsdag: Korvsoppa, smörgås, ost, mandarin
- Fredag: Köttfärssås, spaghetti, kokta morötter, ättiksgrönsaker

Mellanmål

- Måndag: Kräm, smörgåskex, ost, äpple
- Tisdag: Korvsemla, rotfruktsbit
- Onsdag: Jordgubbs-rabarberkräm, yoghurtlick, mandarin
- Torsdag: Fisk-taco
- Fredag: Havrebröd, tomatkiva, morotsbitar

VECKA 3

Frukost

- Måndag: Smörgås, skinka, rotfruktsbit
- Tisdag: Havregröt, persikopuré, grönsaker
- Onsdag: Rågflingebröt, frukt
- Torsdag: Kornflingebröt, grönsaker
- Fredag: Flingor, tomatkiv

Lunch

- Måndag: Köttfärsoppa, ost, frö-havresmör, gurkskivor
- Tisdag: Grönsaksgratäng, isberg-majs-tomat sallad
- Onsdag: BBQ-broilergröt, fullkornsris, sallad med frukt, rostade solrosfrön
- Torsdag: Makaronilåda med kött, sallad
- Fredag: Slavisk köttgröt, potatismos, blomkål

Mellanmål

- Måndag: Kornkrossgröt, bärpuré, rotfruktsbit
- Tisdag: Rågbröd, ost, apelsinjuice, rotfruktsbit
- Onsdag: Fruktsallad, smörgås, ost, grönsaksbit
- Torsdag: Bärkvar, havrebröd, grönsaker
- Fredag: Aprikosvispgröt, ost, isbergssallad

VECKA 4

Frukost

- Måndag: Flingor, kallsåret, rotfruktsbit
- Tisdag: Rågflingebröt, rotfruktsbitar, äppeljuice
- Onsdag: Smörgås, kakao, ost, grönsaker
- Torsdag: Gröt av 4 sädeslag, mjukt bröd, frukt
- Fredag: Havregröt, bärkräm, grönsaker

Lunch

- Måndag: Oxgröt, långkornig havre, wokgrönsaker
- Tisdag: Fisk soppa på husets vis, rågröt, banan
- Onsdag: Köttfärsbiff / Lindströmsbiff, potatismos, rödbeta, gurkskivor
- Torsdag: Grönsakspuré soppa, smörgås, gryn, kålrabbistavar
- Fredag: Kycklingnuggets, potatismos, sallad / färsk tillbehör, vattenmelon

Mellanmål

- Måndag: Fullkornsbröd, korvskiva, grönsaker
- Tisdag: Pannkaka, bärmos
- Onsdag: Mannagrynskli-gröt, bär, rotfruktsbit
- Torsdag: Croissant, äppeljuice
- Fredag: Fruktkräm, rågröt, ost

VECKA 5

Frukost

- Måndag: Havregröt, frukt, grönsaker
- Tisdag: Smaksatt yoghurt, bärpuré, fullkornsbröd, rotfruktsbit
- Onsdag: Rågbröd, leverpastej, kakao, grönsaker
- Torsdag: Flingor, ost
- Fredag: Kornflingebröt, grönsaker, bär

Lunch

- Måndag: Tonfiskgratäng, ugnsröster
- Tisdag: Korvsås, potatismos, gurkskivor
- Onsdag: Spenatpinnar / plättar, potatis, rivna morötter, lingonsylt
- Torsdag: Ärtsoppa, ost, rågröt, äpple
- Fredag: Köttbullar / köttfärslimpa, potatismos, lingonsylt, kålsallad

Mellanmål

- Måndag: Fullkornsbröd, skinka, grönsaker
- Tisdag: Fruktsallad, potatisbröd, ost, grönsaker
- Onsdag: Rotfruktsbit, morotspirog, äggsmör
- Torsdag: Kvar, rågröt, frukt
- Fredag: Vispad bärröt, rotfruktsbit

VECKA 6

Frukost

- Måndag: Kornflingebröt, rotfruktsbit
- Tisdag: Flingor, färsk bit, mjukt bröd
- Onsdag: Havregröt, äppelmos, grönsaker
- Torsdag: Yoghurt, äppeljuice, bröd
- Fredag: Rågbröd, smältost, frukt, isbergssallad

Lunch

- Måndag: Tomat-köttfärslåda, mandarin-bönsallad
- Tisdag: Morotsbiff, potatis, sås, isbergssallad, örter
- Onsdag: Ugnskorv / ångad knäckkorv, potatismos, kryddgurkskivor, rödkålsbärsallad,
- Torsdag: Gul kycklingsoppa / Thai-kycklingsoppa, fullkornssemla, apelsinklyftor
- Fredag: Husets dag

Mellanmål

- Måndag: Morotspannkaka, bär, grönsaksbitar
- Tisdag: Bär, surskorpa, gurkskivor
- Onsdag: Kakao, ost, isbergssallad, smörgås
- Torsdag: Grahams-köttpirog, mandarin
- Fredag: Kvar, fröbröd, färsk bit