



Matsedel förskola/fritids maj

Kostenheten använder alltid svenskt kött respektive kyckling. Så ofta det är möjligt är köttet även närproducerat, i Östergötland. Potatisen som serveras är alltid närodlad. Grönsakerna är närodlade i så stor utsträckning som möjligt, och i säsong. Fiskrätterna lagas av färsk fisk, MSC märkt fisk. Anpassningar görs i denna matsedel till eventuell specialkost.

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
VECKA 18 29APRIL-3MAJ	Chili con carne serveras med bulgur, nachos Varma morötter, tomat, kikärter	Grillkorv serveras med potatismos Varm broccoli, pizzasallad, grillgurka	Första maj	Pasta, Tuvas sås Vitkålssallad med fetaost, gul paprika i bit, hummus	Kassler serveras med kokt potatis, kall örtsås Grönsallad, majs, gröna oliver
VECKA 19 6-10 MAJ	Stekt falukorv serveras med potatismos Varm broccoli, coleslaw, majs	Gratinerad köttfärs med tomat och ost serveras med kokt potatis, brunsås Varm blomkål, riven morot och palsternacka, gurkstavar	Ugnstekt panerad fisk serveras med kokt potatis, gräddfilssås Lingssallad, ärter, citron	Pastasallad med kyckling, dressing Gurka, tomat	Potatis- och purjolökssoppa, hembakat bröd Röd paprika i bit, kålrabbi, grön röra
VECKA 20 13-17 MAJ	Kyckling i currysås serveras med ris Varma morötter, gurka, black eye bönor	Köttbullar serveras med kokt potatis, brunsås Vitkål med ananas, tomat, lingon	Fiskpanett serveras med kokt potatis, gräddfilssås Kikärtssallad med äpple, ärter, citron	Pastagrätäng ratatouille Varm blomkål, rabarbercoleslaw, svarta oliver	Raggmunk, keso Blomkålssallad, kidneybönor, lingon
VECKA 21 20-24 MAJ	Pasta, köttfärssås Varm broccoli, rivna morötter, paprikabönor	Lasagne (veg) Ugnsrötfrukter, pizzasallad, tomat	Orientalisk fisk serveras med ris Lingssallad med vinegrett, sojabönor, majs	Kycklingburgare bröd, potatismos, dressing Sallad, tomat, rostad lök	Folkhögskolans morotssoppa, hembakat bröd Gurkstavar, gul paprika i bit, ärtedipp
VECKA 22 27-31MAJ	Korv Stroganoff serveras med ris Varma bönor, pizzasallad, majs	Potatis- och kasslergrätäng Solrosmorötter, grönsallad, hummus	Ugnstekt fisk serveras med kokt potatis, varm dillsås Spetskålssallad, ärter, citron	Kristi himmelfärds dag	Stuvad potatis serveras med korv Tomat, gurka, rödbetor

Smaklig måltid hälsar kostenheten ☺