



**Vecka 46**

**9/11 Måndag**

Korvgryta Forsell med ris och matvete  
Alt; Falafel med cous cous och yoghurtsås

**10/11 Tisdag**

Stekt fiskfilé med dillsås, kokt potatis  
Alt; Vårullar med ris, soja & sweet chili

**11/11 Onsdag Kökets meny**

**12/11 Torsdag MÅRTENSFIRANDE**

Stekt kyckling med sås, potatis, brysselkål och rödkål  
Alt; Quornfilé

**13/11 Fredag**

Tex Mexsoppa med potatis, hembakat bröd  
Alt; Vegetarisk tacosoppa med hembakat bröd

**Vecka 47**

**16/11 Måndag**

Spaghetti med kycklingfärssås serveras med italiensk  
hårdost Alt; Spaghetti med vegetarisk pastasås

**17/11 Tisdag**

Fiskgratäng med kokt potatis & gröna ärtor  
Alt; Mac `n` cheese med paprika & oregano

**18/11 Onsdag**

Kassler med potatisgratäng  
Alt; Hemlagade morotsbiffar serveras med potatisgratäng

**19/11 Torsdag Kökets meny**

**20/11 Fredag**

Nachoskorv i ugn serveras med potatismos  
Alt; Nachosgratinerad sojakorv med potatismos

**Vecka 48**

**23/11 Måndag Kökets meny**

**24/11 Tisdag**

Laxnuggets med grön örtsås, rostad zucchini & potatis  
Alt; Vegnuggets med örtsås, zucchini & kokt potatis

**25/11 Onsdag**

Kokt korv med persiljesås, bakade rotfrukter & kokt  
potatis Alt; Vegetarisk korv och kycklingkorv

**26/11 Torsdag**

Hedvigs köttfärssoppa med hembakat bröd  
Alt; Ost & potatissoppa med örtstekt svamp & krutonger

**27/11 Fredag**

Tacogratäng med pasta

**Vecka 49**

**30/11 Måndag**

Apelsinkyckling på svensk kycklinglårfile med kokt potatis/  
matkorn Alt; Linsgryta med curry & ingefära

**1/12 Tisdag**

Stekt fisk med remouladsås, dillslungad potatis & ärtor  
Alt; Stekt ris med bönor & grönsaker

**2/12 Onsdag Kökets meny**

**3/12 Torsdag**

Hemlagade broccolibiffar med örtsås och kokt potatis

**4/12 Fredag**

Tacofredag

**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!**

