

**Vecka 42****12/10 Måndag** Kökets meny**13/10 Tisdag**Ugnsbakad fisk med tomat & grädde, kokt potatis
Veg; Frittata-Potatisomelett, zucchini & italiensk hårdost**14/10 Onsdag**Wienerkorv med potatismos, bostongurka,
senap & ketchup Veg; Vegetarisk korv**15/10 Torsdag**Klimatsmart färssoppa med hembakat bröd
Veg; Blomkålssoppa med örtolja & rostade pumpafrö**16/10 Fredag**

Stekt kycklinglårfile med gräddsås, kokt potatis & ättiksgurka Veg; Marinerad quornfile

Vecka 43**19/10 Måndag**Indisk curryfärs med basmatiris
Veg; Daal-Linsgryta med kokosmjölk & lime**20/10 Tisdag**Tacofisk med kokt potatis
Veg; Vegetarisk lasagnette**21/10 Onsdag**Sheperds Pie- Köttfärsgratäng med gratinerat potatismos
Veg; Vegetarisk Sheperds Pie**22/10 Torsdag** Kökets meny**23/10 Fredag**Dragongkyckling med rostade morötter och kokt potatis
Veg; Vårullar med sweet chili och ris**Vecka 44****26/10 Måndag**Chiligratinerad kassler med stekta grönsaker & kokt potatis
Veg; Rotsaxsgryta med kokt potatis**27/10 Tisdag**Stekt fiskfile med tartarsås & potatis
Veg; Stekt ris med grönsaker & bönor**28/10 Onsdag**Spaghetti med köttfärsås & italiensk hårdost
Veg; Spaghetti med vegetarisk pastasås**29/10 Torsdag** Kökets soppa med hembakat bröd**30/10 Fredag**Pulled salmon med ris & nachochips
Veg; Pulled vego med ris & nachos**Vecka 45****2/11 Måndag**Svensk kycklinglårfile i currysås serveras med bulgur
Veg; Vegetarisk Moussaka**3/11 Tisdag**Pasta med lax & crème fraichesås
Veg; Pasta med krämig sås på säsongens grönsaker**4/11 Onsdag**Stekt falukorv med potatismos, senap & ketchup
Veg; Vegetarisk korv**5/11 Torsdag** Kökets meny**6/11 Fredag**BBQ Fajita med kyckling, ris & tortillabröd
Veg; BBQ Fajita med quorn, ris & tortilla**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!**

