



### Vecka 34

#### 17/8 Måndag

Klimatsmart kycklingfärssås med matkorn alternativt kokt potatis **Veg; Kökets val**

#### 18/8 Tisdag

Tacofisk med potatismos  
**Veg; Kökets val**

#### 19/8 Onsdag

Stekt korv (Wiener eller vegetarisk) serveras med bröd, potatismos, senap, ketchup, rostad lök & bostongurka

#### 20/8 Torsdag

Pastagrätäng med ost & tomat

#### 21/8 Fredag

Chili con carne med ris  
**Veg; Chili sin carne**

### Vecka 35

#### 24/8 Måndag

Chiligratinerad kassler med säsongens grönsaker & kokt potatis  
**Veg; Alt; Grönsaksbiff med tzatziki**

#### 25/8 Tisdag

Stekt fiskfilé med äpplesås och kokt potatis  
**Veg; Alt; Stekt ris med grönsaker & sojaböner**

#### 26/8 Onsdag

Spaghetti med köttfärssås & italiensk hårdost  
**Veg; Alt; Spaghetti med vegetarisk pastasås**

#### 27/8 Torsdag

Ungsgratinerad falukorv alternativt kyckling / vegetarisk korv serveras med potatismos, senap & ketchup

28/8 Fredag **Kökets meny**

### Vecka 36

#### 31/8 Måndag

Svensk kycklinglårfile i currysås med havreris  
**Veg; Moussaka**

#### 1/9 Tisdag

Pasta med lax & crème fraichesås  
**Veg; Pasta med örtpesto & curryrostade svarta bönor**

2/9 Onsdag **Kökets meny**

#### 3/9 Torsdag

Bakad potatis med fyllning på rökt kyckling  
**Veg; Ost & paprikafyllning**

#### 4/9 Fredag

Hemlagade köttfärsrutor med gräddsås, kokt potatis, pressgurka & lingon  
**Veg; Vegetarisk färsbiff, gräddsås, kokt potatis & lingon**

### Vecka 37

#### 7/9 Måndag

Korv Stroganoff serveras med ris  
**Veg; Hemlagade falafel med cous cous & yoghurtsås**

#### 8/9 Tisdag

Stekt fiskfilé, kall citronsås, rosmarinbakade tomater & kokt potatis **Veg; Tomatbakad paprika med matvete**

#### 9/9 Onsdag

Klimatsmart färsgröta med pasta  
**Veg; Pastasås med linser, kokosmjölk & ingefära**

#### 10/9 Torsdag

Ost & skinksoppa med hembakat bröd  
**Veg; Ostsoppa med örtstekt svamp & krutonger**

11/9 Fredag **Kökets meny**

### 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!

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](https://www.facebook.com/matgladisvalov)

**Smaklig spis önskar vi från Måltidsservice!**

