

Meny för leverans vecka 12

Leveransdag är torsdag eller fredag.

Beställning sker tillsammans med hemtjänstpersonal/boendestödjare, senast 13/3 kl. 10.00.

Maträtt 1-5 är säsongens favoriter och finns alltid att välja på.

Smaklig måltid önskar vi på Måltidsservice!

Mer info
hittar du på
baksidan!



1. Örtbakad fisk med vitvinsås, kokt potatis & primörer **LR LT ***



2. Raggmunk med stekt fläsk *****



3. Kycklingkorv Stroganoff med ris **GF LR LT**



4. Köttfärssås & spaghetti **LR LT ***



5. Stekt kycklinglårfilé med mustig ratatouille & stekt kulpotatis **GF LR**



6. Panerad fisk med potatis & remouladsås **LR LT**



7. Krämig pennepasta med kyckling & saltorkade tomater **LR LT ***



8. Stekt kassler med stuvade morötter & kokt potatis



9. Ostgratinerade köttfärscrêpes med ratatouille **LR LT**



10. Chili sin carne med fluffigt ris, nachos & gräddfil **GF LR LT**

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

*** = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad**

Information om menyn

Här hittar du information om maträtternas huvudsakliga ingredienser, samt vegetariskt alternativ för dig som har anmält det behovet. **OBS!** Har du en kostallergi måste det anmälas, då vissa ingredienser kan bytas ut med kort varsel. Varje vecka kan du beställa 2 desserter utan kostnad. Desserten kan inte anpassas efter kostallergi/egna önskemål.

1. Örtbakad fisk med vitvinssås, kokt potatis & primörer LR LT *

Ingredienser: vit fisk, potatis, matlagningsvin (sulfit), vispgrädde, morot, rädisa, zucchini, ströbröd (vete, råg, korn), smör, flytande margarin, rapsolja, gul lök, majsstärkelse, fiskbuljong, franska örter, lagerblad, persilja, vitlök, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Örtbakad vegetarisk filé med vitvinssås, kokt potatis & primörer

2. Raggmunk med stekt fläsk *

Ingredienser: potatis, ägg, mjölk, vetemjöl, rågmjöl, sidfläsk, majs-korn, morot, rapsolja, potatismjöl, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Vitkålssallad & lingonsylt.

Vegetariskt alt.: Raggmunk med rotfruktsfräs

3. Kycklingkorv Stroganoff med ris GF LR LT

Ingredienser: kyckling, potatismjöl, gul lök, vitlök, basmatiris, tomat, majs-korn, paprika, laktosfri vispgrädde, senap, chilisås, grillgurka, senapsfrö, majsstärkelse, buljong, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & ketchup.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk Stroganoff med ris

4. Köttfärssås & spaghetti LR LT *

Ingredienser: blandfärs (nöt & griskött), pasta, tomat, morot, brytsockerärta, blomkål, gul lök, vitlök, persilja, oxbuljong, socker, majsstärkelse, flytande margarin, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & ketchup.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk Bolognese & spaghetti

5. Stekt kycklinglårfile med mustig ratatouille & stekt kulpotatis GF LR

Ingredienser: Kycklinglårfile, potatis, vaxböna, morot, tomat, zucchini, paprika, palsternacka, gul lök, vitlök, solrosolja, matlagningsvin (sulfit), rödlök, rapsolja, citron, flytande margarin, örtagårdsbuljong, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk filé med mustig ratatouille & stekt kulpotatis

6. Panerad fisk med potatis & remouladsås LR LT

Ingredienser: sejfile, vetemjöl, ströbröd (vete, råg, korn), ägg, potatis, smör, majonnäs (ägg, senapsfrö), gräddfil, gröna örter, citronjuice (sulfit), senap, senapsfrö, kapris, gurka, persilja, dill, lök, paprika, flytande margarin, rapsolja, bikarbonat, ättika, socker, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & citronklyfta.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk schnitzel med potatis & remouladsås

7. Krämig pennepasta med kyckling & saltorkade tomater LR LT *

Ingredienser: kyckling, pasta, blomkål, morot, lök, tomat, rapsolja, solrosolja, buljong, majsstärkelse, vispgrädde, vitlök, basilika, persilja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Krämig pennepasta med saltorkade tomater & basilika

8. Stekt kassler med stuvade morötter & kokt potatis

Ingredienser: potatis, morot, kassler (griskött), mjölk, vetemjöl, solrosolja, rapsolja, smör, persilja, buljong, kryddor.

Serveringsförslag: Vitkålssallad.

Vegetariskt alt.: Vegoschnitzel med stuvade morötter & kokt potatis

9. Ostgratinerade köttfärscrêpes med ratatouille LR LT

Ingredienser: nötkött, mjölk, vetemjöl, ägg, vispgrädde, tomat, morot, paprika, zucchini, palsternacka, ost, lök, vitlök, majsstärkelse, smör, solrosolja, rapsolja, salt, socker, kryddor.

Serveringsförslag: Vitkålssallad.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk

10. Chili sin carne med fluffigt ris, nachos & gräddfil GF LR LT

Ingredienser: sojafärs, ris, gräddfil, nachochips, majs, paprika, tomat, gul lök, kidneybönor, vita bönor, chilisås, rapsolja, majsstärkelse, grönsaksbuljong, persilja, vitlök, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

* = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad