

Meny för leverans vecka 13

Leveransdag är torsdag eller fredag.

Beställning sker tillsammans med hemtjänstpersonal/boendestödjare, senast 20/3 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 vitvinssås, kokt potatis & primörer **LR LT ***



2. Ragmunk med stekt fläsk * **GF LR LT**



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



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



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



6. Biff Lindström med kapriskryddad gräddsås & potatismos **GF LR LT**



7. Långbakad fläskkarré med kokt potatis & gräddsky **GF LR**



8. Potatisbullar med bacon & rostade rödbetor **GF LR**



9. Sötsur kycklinggryta med basmatiris **GF LR LT**



10. Ost- och broccolisoppa, serveras med pannkaka **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 kycklinglårfilé med mustig ratatouille & stekt kulpotatis GF LR

Ingredienser: Kycklinglårfilé, 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. Biff Lindström med kapriskryddad gräddsås & potatismos GF LR LT

Ingredienser: Potatis, blandfärs (nöt & griskött), mjölk, broccoli, blomkål, morot, vispgrädde, inlagd rödbeta, kapris, smör, gul lök, saft (äpple, svart vinbär, päron, druva, citronsyra), majsstärkelse, japansk soja (sojaböner), köttbuljong, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Inlagda rödbetor & en god sallad.

Vegetariskt alt.: Vegetariska biffar med kapriskryddad gräddsås & potatismos

7. Långbakad fläskkarré med kokt potatis & gräddsky GF LR

Ingredienser: fläskkarré, potatis, vispgrädde, morot, rotselleri, crème fraîche, palsternacka, lök, champinjoner, citron, soja, buljong, persilja, rapsolja, smör, majsstärkelse, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & vinbärsgelé.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk filé med kokt potatis och gräddsky

8. Potatisbullar med bacon & rostade rödbetor GF LR

Ingredienser: Potatis, bacon, rödbeta, balsamvinäger (sulfit), rapsolja, solrosolja, potatisflingor, salt, druvsocker, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Lingonsylt & en god sallad.

Vegetariskt alt.: Potatisbullar med rotfruktsfräs & rostade rödbetor

9. Sötsur kycklinggryta med basmatiris GF LR LT

Ingredienser: kycklinglårfilé, basmatiris, purjolök, paprika, zucchini, ananas, vitvinsvinäger, gul lök, morot, tomat, socker, majsstärkelse, gräslök, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Sötsur gryta med basmatiris

10. Ost- och broccolisoppa, serveras med pannkaka LT

Ingredienser: mjölk, vetemjöl, ägg, broccoli, potatis, vispgrädde, ostcrème, gul lök, spenat, flytande margarin, rapsolja, bakpulver, grönsaksbuljong, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Bröd & smör.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk.

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

* = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad