

# Meny för leverans vecka 28

Leveransdag är torsdag eller fredag.  
Beställning sker tillsammans med hemtjänstens personal, senast 4/7 kl. 10.00.  
Maträtt 1-5 är säsongens favoriter och finns alltid att välja mellan.  
Smaklig måltid önskar vi på Måltidsservice!



1. Grekisk fiskgratäng med oliver & salladsost, serveras med potatismos **GF LR LT**



2. Cevapcici med klyftpotatis, tzatziki & grillgrönsaker **GF LR**



3. Husets klassiska pannbiffar med löksås & potatismos **LT**



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



5. Ostgratinerade champignoncrêpes med ratatouille **LR LT**



6. Stekt kassler med stuvade morötter & kokt potatis



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



8. Ost- och broccolisoppa, serveras med pannkaka **LT**



9. Silltallrik med färskpotatis, ägghalvor & räkor **GF LT**



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

**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 ibland byts ut med kort varsel. Varje vecka kan du beställa till 2 desserter utan kostnad. Observera att desserten inte kan anpassas efter kostallergi eller andra önskemål.

## 1. Grekisk fiskgratäng med oliver & salladsost, serveras med potatismos GF LR LT

**Ingredienser:** sej, potatis, crème fraîche, mjölk, majs, paprika, oliver, saltorkade tomater, chilisås, smör, ost, basilika, rapsolja, salt, kryddor.

**Serveringsförslag:** En god sallad & citronklyfta.

*Vegetariskt alt.: Vegetarisk gratäng med potatismos*

## 2. Cevapcici med klyftpotatis, tzatziki & grillgrönsaker GF LR

**Ingredienser:** blandfärs (nöt & griskött), potatis, matyoghurt, gurka, zucchini, aubergine, paprika, gul lök, vitlök, bikarbonat, sambal oelek, olivolja, rapsolja, solrosolja, salt, kryddor.

**Serveringsförslag:** En god sallad.

*Vegetariskt alt.: Vegetariska biffar med klyftpotatis, tzatziki & grillgrönsaker*

## 3. Husets klassiska pannbiffar med löksås & potatismos LT

**Ingredienser:** blandfärs (nöt & griskött), potatis, mjölk, vispgrädde, gul lök, morot, zucchini, smör, flytande margarin, vetemjöl, rapsolja, lökfond, socker, köttbuljong, soja sockerkulör, salt, kryddor.

**Serveringsförslag:** Lingonsylt/rårörda lingon & en god sallad.

*Vegetariskt alt.: Vegobiff med löksås & potatismos*

## 4. 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*

## 5. Ostgratinerade champinjoncrêpes med ratatouille LR LT

**Ingredienser:** champinjon, mjölk, vetemjöl, ägg, vispgrädde, morot, paprika, zucchini, palsternacka, ost, gul lök, vitlök, majsstärkelse, smör, solrosolja, rapsolja, salt, kryddor.

**Serveringsförslag:** Vitkålssallad.

*Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk*

## 6. 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*

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

**Ingredienser:** kyckling, pasta (vete), 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. 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.*

## 9. Silltallrik med färskpotatis, ägghalvor & räkor GF LT

**Ingredienser:** potatis, gräddfil, matjessill, ägg, broccoli, blomkål, morot, sill, majonnäs (ägg, senapsfrö), tomat, lök, senap, senapsfrö, dill, räkor, smör, gräslök, rapsolja, socker, salt, kryddor.

**Serveringsförslag:** Färska grönsaker, knäckebröd, smör & ost.

*Vegetariskt alt.: Sommartallrik med färskpotatis, inlagd aubergine & ägghalvor*

## 10. 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*

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

\* = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad