

Meny för leverans vecka 46

Leveransdag är torsdag eller fredag.

Beställning sker tillsammans med hemtjänstpersonal/boendestödjare, senast 7/11 kl. 10.00.

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

Smaklig måltid önskar vi på Måltidsservice!

Mer info
hittar du på
baksidan!



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



2. Dillkött med morötter, kokt potatis & rostade rödbetor **GF LR**



3. Stekt kycklinglårfile med enbärssås & rostad kulpotatis **GF LR**



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



5. Morotsoppa med ingefära, lime & salladsost. Serveras med mannagrynspudding **LT**



6. Husets klassiska lasagne **LT**



7. Dragonfisk med potatis & ratatouillegrönsaker **GF LT**



8. Höstens pumpapaj med grönkål & rödlök **LR**



9. Raggmunk med stekt fläsk *



10. Gulaschgryta med potatismos & gräddfilsklick **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 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. Örtbakad fisk med vitvinsås, kokt potatis & primörer LR LT

Ingredienser: sejfilé, 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 vitvinsås, kokt potatis & primörer

2. Dillkött med morötter, kokt potatis & rostade rödbetor GF LR

Ingredienser: fläskbög, potatis, vispgrädde, rödbeta, morot, gul lök, socker, grönsaksbuljong, ättiksprit, smör, dill, balsamvinäger (sulfit), majsstärkelse, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk "dillkött" med morötter, kokt potatis & rostade rödbetor

3. Stekt kycklinglårfilé med enbärssås & rostad kulpotatis GF LR

Ingredienser: kycklinglårfilé, potatis, vispgrädde, crème fraiche, morot, zucchini, rödlök, japansk soja (sojaböna), majsstärkelse, saft (äpple, svart vinbär, druva, päron), oxbuljong, enbär, flytande margarin, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & gelé.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk filé med enbärssås & rostad kulpotatis

4. 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

5. Morotssoppa med lime, ingefära & salladsost. Mannagrynspudding & saftsås LT

Ingredienser: morot, kokosmjölk, mjölk, saft (äpple, körsbär, päron, druva), ost, ägg, gul lök, mannagryn, vispgrädde, grönsaksfond, socker, chilisås, rapsolja, pressad lime (sulfit), potatismjöl, vitlök, riven ingefära, flytande margarin, vaniljsocker, bittermandel arom, mandelolja), salt, kryddor.

Serveringsförslag: Bröd med smör & pålägg.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk.

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

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

6. Husets klassiska lasagne LT

Ingredienser: blandfärs (nöt & griskött), lasagneplattor (durumvete), mjölk, tomat, gul lök, morot, purjolök, vitkål, paprika, zucchini, chilisås, riven ost, rapsolja, majsstärkelse, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & ketchup.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk lasagne

7. Dragonfisk med potatis & ratatouillegrönsaker GF LT

Ingredienser: vit fisk, potatis, crème fraiche, paprika, morot, zucchini, palsternacka, lök, tomat, ost, pressad citron (sulfit), smör, dragon, chiliflakes, majsstärkelse, rapsolja, solrosolja, vitlök, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & citronklyfta.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk filé i dragonsås med potatis & ratatouillegrönsaker

8. Höstens pumpapaj med grönkål & rödlök LR

Ingredienser: vetemjöl, grahamsmjöl, havregryn, matlagningsgrädde, pumpa, fetaost, ägg, blomkål, morot, grönkål, rödlök, västerbottensost, rapsolja, citronsyra, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk.

9. Raggmunk med stekt fläsk *

Ingredienser: potatis, ägg, mjölk, vetemjöl, rågmjöl, sidfläsk, majskorn, morot, rapsolja, potatismjöl, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Vitkålssallad & lingonsylt.

Vegetariskt alt.: Raggmunk med rotfruktsfräs

10. Gulaschgryta med potatismos & gräddfilslick LR LT

Ingredienser: blandfärs (griskött), potatis, mjölk, gräddfilslick, morot, rotselleri, gul lök, rött matlagningsvin (sulfit), paprika, palsternacka, smör, tomat, vitlök, vetemjöl, citron, kummin, rapsolja, köttbuljong, grönsaksbuljong, persilja, sambal oelek, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk gulasch med potatismos & gräddfilslick