

Meny för leverans vecka 5

Leveransdag är torsdag eller fredag.

Beställning sker tillsammans med hemtjänstpersonal/boendestödjare, senast 23/1 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. Stekt panerad fisk med varm citronsås & kokt potatis **LR LT**



2. Köttbullar med potatismos & gräddsås **GF LR LT**



3. Kroppkakor med skirat smör & lingon **LR LT**



4. Isterband med dillstuvad potatis & persiljeslungade morötter **LR LT**



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



6. Husets långkokta kalops med potatis **GF LR**



7. Pasta Carbonara med medelhavsgrönsaker **LR LT ***



8. Hemlagad potatis- och purjolökssoppa, serveras med ostkaka **LT**



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



10. Grekisk fiskgratäng med oliver & salladsost, serveras med potatismos **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 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. Stekt panerad fisk med varm citronsås & kokt potatis LR LT

Ingredienser: vit fisk, potatis, morot, broccoli, rödlök, kålrot, vispgrädde, ägg, ströbröd (vete, råg), vetemjöl, dill, gräslök, pressad citron (sulfit), citronskal, fisksås, smör, rapsolja, majsstärkelse, fiskbuljong, flytande margarin, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & citronklyfta.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk schnitzel med varm citronsås & kokt potatis

2. Köttbullar med potatismos & gräddsås GF LR LT

Ingredienser: blandfärs (gris, nötkött), potatis, gul lök, vispgrädde, mjölk, morot, smör, soja (sojaböna), lingonsylt, majsstärkelse, köttbuljong, rapsolja, lökpulver, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Lingonsylt & inlagd gurka.

Vegetariskt alt.: Vegobullar med potatismos & gräddsås

3. Kroppkakor med skirat smör & lingon LR LT

Ingredienser: fläskkött, lök, potatis, morot, smör, lingon, persilja, vetemjöl, potatisstärkelse, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Rårörda lingon & vitkålssallad.

Vegetariskt alt.: Vegetariska kroppkakor med skirat smör & morötter

4. Isterband med dillstuvad potatis & persiljeslungade morötter LR LT

Ingredienser: isterband (gris, korngrön), potatis, mjölk, morot, vetemjöl, dill, buljong, smör, solrosolja, persilja, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Inlagda rödbetor.

Vegetariskt alt.: Vegokorv med dillstuvad potatis & persiljeslungade morötter

5. 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.

6. Husets långkokta kalops med potatis GF LR

Ingredienser: potatis, nötbog, morot, gul lök, smör, flytande margarin, persilja, lagerblad, majsstärkelse, oxbuljong, rapsolja, soja sockerkulör, salt, kryddor.

Serveringsförslag: Inlagda rödbetor.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk kalops med potatis

7. Pasta Carbonara med medelhavsgrönsaker LR LT *

Ingredienser: pasta, bacon, ost, mjölk, vispgrädde, ägg, purjolök, gul lök, paprika, zucchini, rapsolja, persilja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad, lite persilja & riven parmesanost.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk Carbonara med medelhavsgrönsaker

8. Hemlagad potatis- och purjolökssoppa, serveras med ostkaka LT

Ingredienser: Vispgrädde, purjolök, färskost, potatis, matlagningsvin (sulfit), ägg, sötmandel, socker, vetemjöl, grönsaksbuljong, näringsjäst, bittermandelarom (mandelolja), salt, kryddor.

Serveringsförslag: Bröd & smör.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk

9. 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

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

Ingredienser: vit fisk, 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

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

* = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad