

Meny för leverans vecka 6

Leveransdag är torsdag eller fredag.

Beställning sker tillsammans med hemtjänstpersonal/boendestödjare, senast 30/1 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. Skinkstek med gräddsås, stekt potatis & citruskryddade rotfrukter **GF LR**



7. Husets klassiska pannbiffar med löksås & potatismos **GF LT**



8. Korv med rotmos & örtslungad morot & zucchini **GF LR**



9. Couscouspytt med salladsost & vitlökssås **LR**



10. Örtbakad fisk med vitvinsås, kokt potatis & primörer **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, nöt), 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, korngryn), 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. Skinkstek med gräddsås, stekt potatis & citruskryddade rotfrukter GF LR

Ingredienser: skinkstek, potatis, morot, palsternacka, rödbeta, vispgrädde, äppelmos, majsstärkelse, japansk soja (sojaböna), saft (äpple, svart vinbär, druva, päron, citronsyra), köttbuljong, grönsaksbuljong, persilja, citron, flytande margarin, rapsolja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad & en klick gelé.

Vegetariskt alt.: Vegetarisk schnitzel med gräddsås, stekt potatis & citruskryddade rotfrukter

7. Husets klassiska pannbiffar med löksås & potatismos GF 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

8. Korv med rotmos & örtslungad morot & zucchini GF LR

Ingredienser: korv (gris & nötkött), kålrot, potatis, morot, zucchini, smör, rapsolja, grönsaksbuljong, persilja, salt, kryddor.

Serveringsförslag: En klick grovkornig senap & en god sallad.

Vegetariskt alt.: Vegokorv med rotmos & örtslungad morot & zucchini

9. Couscouspytt med salladsost & vitlökssås LR

Ingredienser: Couscous (vete), rödbeta, salladsost, matlagningsyoghurt, filmjölk, majonnäs (ägg, senapsfrö & citronsyra), zucchini, paprika, tomat, morot, rödbeta, lök, balsamvinäger (sulfit), grönsaksbuljong, vitlök, rapsolja, solrosolja, curry (senapsfrö), salt, kryddor.

Serveringsförslag: En god sallad.

Vegetariskt alt.: Ordinarie rätt är vegetarisk

10. 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

GF = Glutenfri

LR = Laktosreducerad

LT = Lättuggad

* = Går att få glutenfri, laktosreducerad och lättuggad