

SKOLANS MENY VÅRTERMINEN 2022  
Laktosreducerad kost med intyg

Rätter med mer än 2g laktos/portion är märkta med fetstil och laktosreducerat alternativ serveras vid dessa tillfällen. Varje dag ingår grönsaksbuffé, bröd och laktosfri lättmjölk. Serveringsdagarna kan variera inom veckan på de olika skolorna.

V/Dag	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
2	Sojafärssås med pasta och ketchup.	Stekt panerad fisk med <b>stuvad spenat</b> och kokt potatis.	Kycklingcurry serveras med ris.	Potatis- och purjolökssoppa med örtcrème fraiche, ostsmörgås. Frukt.	Hamburgare med bröd, klyftpotatis och <b>dressing</b> .
3	<b>Grönsakslasagne</b> , fetaostcrème, matvetesallad.	Korv med bröd och <b>potatismos</b> .	Fiskgratäng med dragon serveras med kokt potatis.	Mexikansk tomatsoppa med nachochips. Frukt.	Ungersk gulasch, potatis, havreris, crème fraiche.
4	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Stekt kyckling med gräddsås kokt potatis och tillbehör.	Stekt fisk med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	<b>Spenatsoppa</b> med ägg, ostsmörgås. Frukt.	<b>Texasgryta</b> serveras med klyftpotatis och bulgur.
5	Färsbiff med tomatsås och pasta.	Fiskgratäng med curryremoulad, kokt potatis.	<b>Lasagne med morot och keso</b> .	<b>Kycklingsoppa med pasta</b> , smörgås. Frukt.	Ugnsstekt korv med bruna bönor, sås och kokt potatis.
6	Krämig lapplandsgryta med havreris och kokt potatis, lingon.	Köttbullar med brunsås, kokt potatis och lingon.	Stekt strömming och sej serveras med <b>potatismos</b> och lingon.	Hedvigssoppa, smörgås. Frukt.	<b>Kycklinggryta med smak av apelsin</b> serveras med bulgur.
7	Kryddig gryta med blomkål serveras med bulgur.	Fisk under krispigt majståcke serveras med <b>mos</b>	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Blodkorv med tärnad rökt skinka och lingon.	<b>Rotsakssoppa med pasta</b> , ostsmörgås. Frukt.
8	Sportlov	Sportlov	Sportlov	Sportlov	Sportlov
9	Köttfärsgryta med curry serveras med havreris och bulgur.	Stekt fisk med <b>potatismos</b> .	Kotlettråd, gräddsås, potatis, kokta grönsaker samt tillbehör.	Ärtsoppa med fläsk. <b>Pannkaka</b> , sylt.	Pasta med <b>ostsås</b> och broccoli.
10	Asiatiska nudlar med kyckling och woksås.	Fiskgratäng med italienskt täcke, <b>kall sås</b> , kokt potatis.	Högsbosoppa med topping, ostsmörgås. Frukt.	Köttfärslimpa och kålpudding med brunsås och kokt potatis, lingon.	Korv Stroganoff serveras med potatis och havreris.
11	Pasta med <b>skink- och ostsås</b> , broccolipesto.	Currygryta serveras med bulgur och kokt potatis.	Stekt panerad fisk med <b>stuvad spenat</b> och kokt potatis.	Puztasoppa med vegetarisk färs, ostsmörgås. Frukt.	Leverbiff och pannbiff, brunsås, kokt potatis, lingon.

SKOLANS MENY VÅRTERMINEN 2022  
Laktosreducerad kost med intyg

Rätter med mer än 2g laktos/portion är märkta med fetstil och laktosreducerat alternativ serveras vid dessa tillfällen.  
Varje dag ingår grönsaksbuffé, bröd och laktosfri lättmjölk. Serveringsdagarna kan variera inom veckan på de olika skolorna.

V/Dag	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
12	<b>Ugnspannkaka</b> med stekta grönsaker och lingon	Ugnsstekt korv, <b>stuvade</b> och kokta makaroner, ketchup.	Fisk Björkeby med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	Cowboysoppa, smörgås. Frukt.	Köttgryta med crème fraiche serveras med ris.
13	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Kokt kyckling med currysås och ris.	Fiskburgare med hamburgerbröd och <b>potatismos</b> samt <b>dressing</b> .	<b>Kycklingsoppa med pasta</b> , smörgås. Frukt.	<b>Kökets vegetariska gryta</b> serveras med ris och bulgur.
14	Pannbiff med klyftpotatis och sås, lingon.	Stekt fisk med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	<b>Spenatsoppa</b> med ägg, ostsmörgås. Frukt.	<b>Påsklunch</b>	<b>Kökets val</b>
15	Påsklov	Påsklov	Påsklov	Påsklov	Långfredagen
16	Annandag Påsk	Tomatsås och spaghetti, crème fraiche och ketchup.	Köttbullar med brunsås, kokt potatis och lingonsylt.	<b>Rotsakssoppa med pasta</b> , ostsmörgås. Frukt.	<b>Indisk gryta med kyckling</b> , bulgur och yoghurt.
17	Thaigryta och ris serveras med yoghurt.	Fisk med röd sås serveras med <b>potatismos</b> .	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Klar grönsakssoppa med ostsmörgås. Frukt.	Korv med bröd och <b>potatismos</b> .
18	Pastagrätäng taco, nachochips.	Stekt fisk med <b>remouladsås</b> och kokt potatis.	Kotlettrad, gräddsås, potatis, kokta grönsaker samt tillbehör.	Tomatsoppa, örtcrème fraiche och bröd. Frukt.	Köttbullar med <b>stuvade</b> och kokta makaroner, ketchup.
19	Sweet chiligräda med kyckling nudlar och kvarngryn.	<b>Fiskgrätäng med morot</b> serveras med kokt potatis.	Högsbosoppa med topping, ostsmörgås. Frukt.	Färsbiff med stekt kulpotatis och <b>tzatzikivariant</b> .	Korv Stroganoff serveras med potatis och havreris.
20	Sojafärssås med pasta och ketchup.	Kycklinggryta serveras med ris	Stekt fisk med <b>kall sås</b> och kokt potatis..	Potatis- och purjolökssoppa med örtcrème fraiche, ostsmörgås. Frukt.	Hamburgare med bröd, klyftpotatis och <b>dressing</b> .
21	<b>Grönsakslasagne</b> , fetaostcrème, matvetesallad.	Fiskgrätäng med dragon serveras med kokt potatis.	Mexikansk tomatsoppa med nachochips. Frukt.	Kristi Himmelfärdsdag	Lovdag
22	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Stekt kyckling med gräddsås kokt potatis och tillbehör.	Stekt fisk med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	<b>Spenatsoppa</b> med ägg, ostsmörgås. Frukt.	Vegetarisk taco- buffé.
23	Nationaldagen	Matjessill och stekt fisk med <b>gräddf</b> il, gräslök och kokt potatis.	<b>Kökets val</b>	Pastasallad med <b>dressing</b> , bröd. Frukt.	Avslutningsdagen