

SKOLANS MENY VÅRTERMINEN 2021  
 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	Lovdag	Lovdag	Ugnsstekt korb med <b>stuvade</b> och kokta makaroner, ketchup.	Cowboysoppa, smörgås. Frukt.	Köttgryta med crème fraiche serveras med ris.
3	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Stekt kyckling med gräddsås kokt potatis och tillbehör.	Fiskburgare med hamburgerbröd och <b>potatismos</b> samt <b>dressing</b> .	<b>Spenatsoppa</b> med ägg, ostsmörgås. Frukt.	Currygryta serveras med bulgur och kokt potatis.
4	Pannbiff med klyftpotatis och sås, lingon.	Fiskgratäng med dill serveras med kokt potatis.	Thaigryta och ris serveras med yoghurt.	<b>Kycklingsoppa med pasta</b> , smörgås. Frukt.	Kokt falukorb med rotmos och <b>potatismos</b> samt tillbehör.
5	Tomatsås och spaghetti, crème fraiche och ketchup.	Köttbullar med brunsås, kokt potatis och lingon.	Stekt panerad fisk med <b>potatismos</b> .	Italiensk rotfruktssoppa, ostsmörgås. Frukt.	<b>Indisk gryta med kyckling</b> , bulgur och yoghurt.
6	Rotfruktsgulasch med bulgur, havreris och crème fraiche.	Fisk Björkeby med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Blodkorb och potatisbullar med grönsaksfräs och lingon.	Klar grönsakssoppa med ostsmörgås. Frukt.
7	Pastagrätäng taco, nachochips.	Stekt strömming, <b>fiskgratäng</b> , <b>potatismos</b> , lingon.	Kotlettrad, gräddsås, potatis, kokta grönsaker samt tillbehör.	Tomatsoppa, örtcrème fraiche och bröd. Frukt.	Köttbullar med <b>stuvade</b> och kokta makaroner, ketchup.
8	Sportlov	Sportlov	Sportlov	Sportlov	Sportlov
9	Sweet chiligräta med kyckling nudlar och kvarngryn.	Fiskgratäng med curryremoulad, kokt potatis.	Högsbosoppa med topping, ostsmörgås. Frukt.	Färsbiff med klyftpotatis och <b>tzatzikivariant</b> .	Korb Stroganoff serveras med potatis och havreris.
10	Kycklinggryta serveras med ris.	Sojafärssås med pasta och ketchup.	Stekt panerad fisk med <b>stuvad spenat</b> och kokt potatis.	Gärdeängssoppa, ostsmörgås. Frukt.	Hamburgare med bröd, <b>potatismos</b> och <b>dressing</b> .
11	Kikärtsgryta med mango chutney, pasta och bulgur.	Fiskgratäng med dragon serveras med kokt potatis.	Korb med bröd och <b>potatismos</b> .	Mexikansk tomatsoppa med nachochips. Frukt.	Köttgryta serveras med havreris och crème fraiche.
12	Spaghetti med köttfärssås och ketchup.	Kokt kyckling, currysås och ris.	Stekt fisk med <b>potatismos</b> .	<b>Potatis- och broccolisoppa</b> , ostsmörgås. Frukt.	<b>Texasgryta</b> serveras med klyftpotatis och bulgur.
13	Kryddig gryta med blomkål serveras med bulgur.	<b>Kycklingsoppa med pasta</b> , smörgås. Frukt.	Påsklunch	Kökets val	Långfredagen



## SKOLANS MENY VÅRTERMINEN 2021

### 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
14	Annandag Påsk	Påsklov	Påsklov	Påsklov	Påsklov
15	<b>Lasagne med morot och keso.</b>	Köttbullar med brunsås, kokt potatis och lingonsylt.	Stekt fisk med <b>kall sås</b> och kokt potatis.	Hedvigsoppa, smörgås. Frukt.	<b>Kycklinggryta</b> serveras med bulgur.
16	Indisk gryta Daal serveras med kokt ris.	Fisk under krispigt majstäcke, <b>mos.</b>	Spaghetti med köttfärsås och ketchup.	Blodkorn och potatisbullar med grönsaksfräs och lingon.	<b>Rotsakssoppa med pasta,</b> ostsmörgås. Frukt.
17	<b>Grönsakslasagne,</b> fetaostcrème, matvetesallad.	Stekt fisk med <b>remouladsås</b> och kokt potatis.	Kotlettrad, gräddsås, potatis, kokta grönsaker samt tillbehör.	Korv med bröd och <b>potatismos.</b>	Lovdag
18	Asiatiska nudlar med kyckling och woksås.	Fiskgratäng med italienskt täcke, <b>kall sås,</b> kokt potatis.	Högsbosoppa med topping, ostsmörgås. Frukt.	Köttfärslimpa med brunsås och kokt potatis, lingon.	Korv Stroganoff serveras med potatis och havreris.
19	Leverbiff och pannbiff, brunsås, kokt potatis, lingon.	Stekt panerad fisk med <b>stuvad spenat,</b> kokt potatis.	Gärdeängssoppa, ostsmörgås. Frukt.	Kristi himmelfärdsdag	Lovdag
20	<b>Lasagne med morot och keso.</b>	Fiskgratäng med dragon serveras med kokt potatis.	Ugnsstekt korv med <b>stuvade</b> och kokta makaroner, ketchup.	Cowboysoppa, smörgås. Frukt.	Köttgryta med crème fraiche serveras med ris.
21	Spaghetti med köttfärsås och ketchup.	Stekt kyckling med gräddsås kokt potatis och tillbehör.	Fiskburgare med hamburgerbröd och <b>potatismos</b> samt <b>dressing.</b>	<b>Spenatsoppa</b> med ägg, ostsmörgås. Frukt.	Currygryta serveras med bulgur och kokt potatis.
22	Pannbiff med klyftpotatis och sås, lingon.	Fiskgratäng med dill serveras med kokt potatis.	Thaigryta och ris serveras med yoghurt.	<b>Kycklingsoppa med pasta,</b> smörgås. Frukt.	Kokt falukorv med rotmos och <b>potatismos</b> samt tillbehör.
23	Tomatsås och spaghetti, crème fraiche och ketchup.	Köttbullar med brunsås, kokt potatis och lingon.	Stekt panerad fisk med <b>potatismos.</b>	Italiensk rotfruktssoppa, ostsmörgås. Frukt.	<b>Indisk gryta med kyckling,</b> bulgur och yoghurt.
24	Rotfruktsgulasch med bulgur, havreris och crème fraiche.	Matjessill och stekt fisk, <b>kall sås,</b> gräslök, potatis.	Kökets val	Pastasallad med <b>dressing</b> bröd. Frukt.	Avslutningsdagen