

Oktober 2025

Vecka 41

Grön måndag 6/10

Spenatlasagne

Tisdag 7/10

Korv stroganoff / bön-stroganoff med ris

Onsdag 8/10

Pasta putanesca med anjovis eller haloumi

Torsdag 9/10

Pumpasoppa med rostade fröer, hembakat bröd och ost, bakade äpplen med vaniljsås

Fredag 10/10

Kyckling / Rökt tofu och rotfrukter i ugnen serverat med en örtsås

Vecka 42

Grön måndag 13/10

Rotmos med stekt haloumi

Tisdag 14/10

Gulaschgryta med nötkött eller bönor serverad med bulgur

Onsdag 15/10

Stekt strömming / svamp- och linsfräs med potatismos och lingon

Torsdag 16/10

Löksoppa med hembakat vitlöksbröd och ost, chokladkaka

Fredag 17/10

Fläskytterfilé orientale / orientalisk soja-gryta med ris och mangochutney

Vecka 43

Grön måndag 20/10

Bulgursallad med linser serverad med tzatziki

Tisdag 21/10

Spagetti och nötfärssås / sojafärssås

Onsdag 22/10

Fisk i ugn med anjovisgrädde / ostgratinerad rotselleri och kokt potatis

Torsdag 23/10

Mustig morotssoppa, hembakat bröd och ost, Äppelsmulpaj och lättvispad grädde

Fredag 24/10

Hasselbackspotatis med grillad falukorv / grillost serverat med tomatsalsa

ALLERGISK? FRÅGA OSS OM MATENS INNEHÅLL

MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR



Vecka 44

Grön måndag 27/10

Nudlar med tofu och grönsaker

Tisdag 28/10

Stuvad potatis med stekt bratwurst / vegans korv

Onsdag 29/10

Tomatströmming / Stora vita bönor i tomatsås med kokt potatis

Torsdag 30/10

Ärtsoppa med fläsk / indisk linssoppa, hembakat bröd och ost, pannkakor med sylt och grädde

Fredag 31/10

Tacos på nötfärs eller sojafärs

ALLERGISK? FRÅGA OSS OM MATENS INNEHÅLL

MED RESERVATION FÖR ÄNDRINGAR