



Matsedel för förskolor och skolor i Askersunds kommun Ht-23

Varje dag serveras: Varmrätt, säsongsanpassad grönsaksbuffé, hårt bröd, bordsmargarin, mjölk och vatten.
 Menyn följer råd för "Bra mat i skolan" (Livsmedelsverket) och utgör 30% av dagsbehovet energi och näring.
 (Bilderna kommer från våra verksamheter ☺)

<u>AUG/SEPT</u>	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Vecka 34 21-25 aug	Förskola/Fritids: Kalops med potatis, salladsbuffé och inlagda rödbetor	Skolan börjar Köttbullar, potatis, skysås, salladsbuffé och lingonsylt	Kycklinggryta med morot och squash, potatis, brytböner, salladsbuffé	Tomatsoppa med pasta, bröd, bordsmargarin och pålägg Förskola: Mannagrynspudding med sylt Skola: Säsongens frukt	Fiskburgare med bröd, potatismos, dressing, salladsbuffé med gurksallad
Vecka 35 28 aug-1 sep	Potatisbullar, bacon och rotsaksfräs, salladsbuffé och lingonsylt Alt skolor: Blodpudding	Stekt fisk med potatis och remouladsås, salladsbuffé med matvete	Kebabgryta med ris och salladsbuffé	Falukorv med makaroner, broccolibuketter och salladsbuffé Alt förskolor och skolor: Stuvade makaroner	Kyckling med klyftpotatis och bearnaisesås, salladsbuffé Alt förskolor: Kokt potatis
Vecka 36 4-8 sept	Pytt i panna med salladsbuffé och inlagda rödbetor Förskolor alt: Gräddstuvad pytt i panna	Köttfärs i ugn, potatis, skysås, salladsbuffé med brysselkål och lingonsylt	Fiskgratäng med dill, potatismos och salladsbuffé Alt skolor: Grönsaksbiff	Broccolisoppa med bröd, bordsmargarin och pålägg Till skolor och förskolor: Pannkaka och sylt	Pasta med skinksås och salladsbuffé



Matsedel för förskolor och skolor i Askersunds kommun Ht-23

Varje dag serveras: Varmrätt, säsonganpassad grönsaksbuffé, hårt bröd, bordsmargarin, mjölk och vatten.
 Menyn följer råd för "Bra mat i skolan" (Livsmedelsverket) och utgör 30% av dagsbehovet energi och näring.
 (Bilderna kommer från våra verksamheter ☺)

<u>SEPTEMBER</u>	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Vecka 37 11-15 sept	Sprödbakad fisk med potatis, kall örtsås och salladsbuffé	Pastagrätäng med kyckling och paprigano, salladsbuffé med matvete	Frukostkorg/grillkorg, ugnstekta rotfrukter, senapskräm och salladsbuffé	Tacos med tortillas, nachochips, dressing, ris och salladsbuffé	Örtgratinerad kassler med potatismos, grönsaksblandning och salladsbuffé
Vecka 38 18-22 sept	Chili Con Carne, ris och salladsbuffé	Färsbiffar, potatis, champinjonsås, salladsbuffé och lingonsylt Alt skolor: Soyafärsbiffar	Stekt fisk med potatis, salladsbuffé med äpple och gurksallad	Potatis och purjolökssoppa, bröd, bordsmargarin och pålägg Förskola: Pannkaka Skola: Säsongens frukt	Kyckling i ugn med ajvar relish, klyftpotatis och salladsbuffé
Vecka 39 25-29 sept	Spaghetti och köttfärsås, salladsbuffé	Fiskburgare med bröd, potatismos, dressing och salladsbuffé Alt skolor: Stekt strömming	Persikodoftande asiatisk gryta med bulgur och salladsbuffé med brysselkål	Kycklingwook med nudlar, sötsur sås och salladsbuffé	Potatisbullar med korvslantar, salladsbuffé och lingonsylt



Matsedel för förskolor och skolor i Askersunds kommun Ht-23

Varje dag serveras: Varmrätt, säsongsanpassad grönsaksbuffé, hårt bröd, bordsmargarin, mjölk och vatten.
 Menyn följer råd för ”Bra mat i skolan” (Livsmedelsverket) och utgör 30% av dagsbehovet energi och näring.
 (Bilderna kommer från våra verksamheter ☺)

<u>OKTOBER</u>	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Vecka 40 2-6 okt	Köttbullar och makaroner, salladsbuffé	Potatismos och rotmos, varmkorv, salladsbuffé	Sprödbakad fisk med potatis, Sandefjordsås och salladsbuffé med matvete	Hedvigsoppa, bröd, bordsmargarin och pålägg Förskola: Mannagryns-pudding och sylt Skola: Säsongens frukt	Kycklinggryta med senap och dragon, potatis, brytböner och salladsbuffé
Vecka 41 9-13 okt	Raggmunk med rökt strimlat fläsk, salladsbuffé och lingonsylt	Rosa fiskgratäng, potatis, broccolibuketter och salladsbuffé Alt skolor: Currydoftande vitkålpaj	Chiligryta med ris, nachochips och salladsbuffé	Pasta Amatriciana med kyckling och salladsbuffé	Grönsaksbiffar med potatisgratäng och salladsbuffé
Vecka 42 16-20 okt	Korvgryta med bulgur och salladsbuffé	Stekt fisk, potatis, kall kaviarsås och salladsbuffé	Morotssoppa med linser och kokos, bröd, bordsmargarin och pålägg Förskola: Pannkaka Skola: Säsongens frukt	Måltidens dag Viltfärsbiff med gräddsås, grönsaksblandning, helstekt potatis, salladsbuffé och gelé	Kyckling Tikka Masala, pasta och salladsbuffé med matvete