

LUNCH MENY HÖSTTERMINEN 2020



HT2020	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
V34				Kycklinggryta med curry serveras med ris. Kikärtsgryta med tomat, lök och masalacurry serveras med ris.	Pasta med klassisk köttfärsås Pasta med sojafärs med tomat, lök, vitlök och örter.
V35	Köttbullar med kokt potatis och gräddsås. Falafel med Badjakyoghurt och basmatiris.	Ugnsstekt falukorv i bit med pasta Pastagrätäng med sojafärsås.	Nötfärspytt med rödbetor. Rotsakspytt med currykryddad sojafärs.	Panerad torsk med kokt potatis och dillcremé kikärtsbiff med lins- och rissallad och sojgurtziki.	Pulled pork med rostad potatis och BBQ-sås. Stekt ris med grönsaker och sojafärs.
V36	Kassler med timjangräddsås och kokt potatis Kikärt och tomatgryta med cous cous	Krämig korvgryta med ris. Sojakorvsstroganoff med ris.	BÖSKOLAN ÖNSKELUNCH	Pasta Carbonara Pasta oumph Carbonara.	Grekiskbiff med rostad potatis och paprikacremé. Linsburgare med rostad potatis och paprikacremé.
V37	Chorizo i tomat & basilikasås serveras med ris. Samosas med korianderdipp och ris.	KÖKETS VAL	Köttsoppa med nybakt bröd Grönsakssoppa med nybakt bröd	Havets Wallenbergare med citronmajo och potatisstomp. Champinjonbiff med rostad potatis och sky.	Chicken Tikka Masala med basmatiris. Beanmasala med basmatiris.
V38	Mexikansk köttfärsgryta med bönor och ris Mexikansk böngryta med ris	Pasta med köttfärsås Pasta med sojafärsås.	Fläskytterfilé med svampsås och potatis Pulled oumph BBQ med ugnsstekt potatis.	Pocherad fiskfilé med dillsås och kokt potatis. Provensalsk grönsakslåda m rostad eller kokt potatis.	DONNER ÖNSKELUNCH
V39	Köttbullar med tomat- och basilikasås samt grönsaksris. Falafel med tomat- och basilikasås samt grönsaksris.	Pasta med kyckling, saltokade tomat och basilika. Pasta med tomatås och tärnad fetaost	Ugns pannkaka med tillbehör Pannkakor med tillbehör	Fiskgryta med aioli och kokt potatis. Linsfylld paprika med aioli och couscous.	VEGETARISK DAG Tacobuffe med goda tillbehör. (sojafärsås)
V40	KÖKETS VAL	Korv Stroganoff med pasta eller ris. Oumph Stroganoff med pasta eller ris.	BÖSKOLAN ÖNSKELUNCH	Stekt fiskfilé med remouladsås och kokt potatis. Grönsaker i currysås serveras med ris.	Pasta med köttfärsås Pasta med oumph, paprika och dragonsås
V41	Pannbiff med timjangräddsås och kokt potatis. Majs- och sojafärsgrätäng med ris.	KÖKETS VAL	Ugnsstekt örtpanerad sejfilé med tzatziki och rostad potatis. Linsburgare med rostad potatis och sojziki	Chili Con Carne med ris. Chili Sin Carne med ris.	Pasta med currysås med strimlad kalkon Pasta med saltokade tomat och fetaost.
V42	VEGETARISK DAG Tacobuffe med goda tillbehör. (sojafärsås)	Gratinerad kassler med ananas och rostad potatis. Indisk Dahl med ris och yoghurt.	KÖKETS VAL	SOPPDAG Potatis & pörjolökssoppa // Linsgulasch med nybakt bröd och ost	Lasagne al Forno Tomat & sojafärslasagne.
V43	Chicken Thai med grönsaker & ris. Thaigryta med oumph samt ris.	Falukorv med Bostonmajo & makaroner. Pastagrätäng med sojafärsås.	Nötfärspytt med rödbetor. Rotsakspytt med bönor och rödbetor.	Stekt fiskfilé med citronmajo & kokt potatis. Potatisbullar med grön ärtpesto & keso.	Pulled chicken med goda tillbehör. Nasigoreng med currysmak.
V44	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV	HÖSTLOV
V45	Krämig kycklinggryta curry med ris. Samosas med korianderdipp och ris.	KÖKETS VAL	Falukorv med makaroner. Quorngröta med makaroner	Stekt sejfile med currymajo och ris. Oumphbites i sötsursås serveras m ris.	DONNER ÖNSKELUNCH
V46	Köttfärslimpa med gräddsås, lingon & potatis Kikärtsgryta med tomat & potatis	KÖKETS VAL	Fiskpudding med pepparrot. Stekta grönsaker med soja och tofu.	Pasta köttfärsås Pasta med lins och morotsås	Kyckling med rostad potatis och vitlöksyoghurt. Falafel med rostad potatis och vitlöksyoghurt.
V47	Kyckling curry med ris Kikärtsbiff med currysås samt ris	Korvstroganoff m tomat, lök och gräddes serveras med ris. Oumph stroganoff med kokosmjölk och ris.	BÖSKOLAN ÖNSKELUNCH	Stekt fiskfilé med remoulad och dillkokt potatis. Bönbiff med homus och qinuousallad	DONNER ÖNSKELUNCH
V48	Köttbullar med kokt potatis och gräddsås. Falafel med tzatziki och kokt potatis.	Ugnsstekt falukorv med pasta Pastagrätäng med sojafärsås.	Nötfärspytt med rödbetor. Rotsakspytt med currykryddad sojafärs.	Panerad torsk med stomp och dillcremé kikärtsbiff med lins- och rissallad och sojgurtziki.	Pulledpork med rostad potatis och BBQ-sås. Stekt ris med grönsaker och sojafärs.
V49	KÖKETS VAL	KÖKETS VAL	Stekt sejfile med remoulad och kokt potatis. Persisk Sellerigryta med dillris.	Helstekt fläskytterfilé med rotad potatis och mild pepparsås. Gratinerad grönsaksgrätäng med couscous.	DONNER ÖNSKELUNCH
V50	Köttbullar med gräddsås, lingon & potatis. Falafel med ris och gurkraita.	Chili Con Carne medris. Chili Sin Carne med ris.	BÖSKOLAN ÖNSKELUNCH	VEGETARISK DAG Soppa med potatis, linser, sojafärs, färska örter och morötter följas med pannkakor	Lasagne på nötfärs. Rotsakslasagne med sojafärs.
V51	TEMAVECKA	TEMAVECKA	TEMAVECKA	TEMAVECKA	TEMAVECKA

Vissa ändringar kan förekomma. För aktuell allergi information kolla in på er sida på **LUNCHMATEN.SE**