



Meny v 7 - 11 SÄBO

Vecka 7

Måndag 13 Feb

Frukost	Mannagrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Stekt falukorv & kokt broccoli (stuvade makaroner)
Lunch alt 2	Fiskarens fiskgratäng broccoli (potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Stuvade makaroner
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Fruktsoppa med vispad grädde
Middag	Högsbosoppa *mjukt bröd

Tisdag 14 Feb

Frukost	Rågflingegröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Stekt makrill Stuvad spenat (Potatis)
Lunch alt 2	Köttfärs & vitkålsgratäng (ris)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Björnbärskräms *gräddmjölk
Middag	Mannagrynspudding

Onsdag 15 Feb

Frukost	Risgrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Kycklinggryta med mango, paprika och curry (Ris)
Lunch alt 2	Krögarköttbullar, sås och bönor (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Chokladpudding grädde
Middag	Skånsk äggkaka *Lingonsylt

Torsdag 16 Feb

Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Nikkaluoktasoppa *mjukt bröd
Lunch alt 2	Grekisk köttfärslåda med ost gräddsås sommarblandning (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Ris ala malta (saftsås)
Middag	Prinskorv med rödkålssallad (Potatismos)
Tillbehör M 2	Potatismos
Tillbehör M 3	Middagssallad

Fredag 17 Feb

Frukost	Havregrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Pepparrotskött USA grönsaker (Potatis)
Lunch alt 2	Köttfärsgröta, USA grönsaker (Ris)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Hallonkräm *gräddmjölk

Vecka 8

Måndag 20 Feb

Frukost	Mannagrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Korv Stroganoff och USA-grönsaker (Ris)
Lunch alt 2	Kasslergratäng & USA-grönsaker (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Blåbärsoppa med vispad grädde
Middag	Potatisbullar med bacon
Tillbehör M 3	Middagssallad

Tisdag 21 Feb

Frukost	Rågflingegröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Kokt torsk med ägg- och persiljesås, ärtor och morötter (potatis)
Lunch alt 2	Kycklingschnitzel med örtagårdssås, ärtor och morötter (potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Aprikoskräm *gräddmjölk
Middag	Risgrynsgröt

Onsdag 22 Feb

Frukost	Risgrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Kålpudding med brunsås (potatis) *lingonsylt
Lunch alt 2	Stekt falukorv och morötter (potatismos)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Tropisk fruktsallad med vispad grädde
Middag	Köttfärsås (pasta)
Tillbehör M 1	Kokt pasta
Tillbehör M 3	Middagssallad

Torsdag 23 Feb

Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Ärtsoppa *mjukt bröd
Lunch alt 2	Kotlettrad med champinjonsås & värdshusgrönsaker (potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Tunn pannkaka med vispad grädde *sylt
Middag	Silltallrik (potatis)
Tillbehör M 1	Kokt potatis
Tillbehör M 2	Potatismos
Tillbehör M 3	Middagssallad

Fredag 24 Feb

Frukost	Havregrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Köttfärslimpa, gräddsås, euromix (Potatis)
Lunch alt 2	Kyckling & bacongratäng (Ris)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris

Middag Laxpudding, smält smör
Tillbehör M 3 Middagssallad
Lördag 18 Feb
Frukost Fibergröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Fiskgratäng med kräftsmak, ärtor & morötter (Potatis)
Lunch alt 2 Pannbiff m lök, Gräddsås, ärtor & morötter (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Kaffe & Mazarin
Middag Omelett m svampstuvning & köttbullar
Tillbehör M 3 Middagssallad

Söndag 19 Feb

Frukost Havregrynsgröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Förrätt Ägghalva & skagenröra
Lunch alt 1 Nötskavsgryta, euromix (Potatis)
Lunch alt 2 Karrékotlett, Sås & Euromix (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Ostkaka Grädde *sylvt
Middag Kasslerpytt med kall sås
Tillbehör M 3 Middagssallad

Vecka 9

Måndag 27 Feb

Frukost Mannagrynsvälling
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Stekt fläsk löksås/bruna bönor broccoli (Potatis)
Lunch alt 2 Köttbullar löksås/bruna bönor broccoli (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Fruktsoppa med vispad grädde
Middag Kycklingsoppa *mjukt bröd och ost

Tisdag 28 Feb

Frukost Rågflingegröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Stekt spätta, gräddfilssås & USA-grönsaker (Potatis)
Lunch alt 2 Ugnstekta falukorv USA grönsaker (Potatismos)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Björnbärskräms *gräddmjölk
Middag Risgrynspudding *sylvt

Onsdag 1 Mar

Frukost Risgrynsvälling
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Kalops morötter (Potatis) *Rödbetor
Lunch alt 2 Chili con carne (Ris)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 3 Kokt ris
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Vaniljglass
Middag Kakao , tekaka med stekt ägg

Torsdag 2 Mar

Frukost Fibergröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg

Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Päronkräm *gräddmjölk
Middag Prinskorv & stuvade grönsaker (Potatis)
Tillbehör M 1 Kokt potatis
Tillbehör M 2 Potatismos
Tillbehör M 3 Middagssallad

Lördag 25 Feb

Frukost Fibergröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Mandelfisk, sås, ärtor och morötter (Potatis)
Lunch alt 2 Fläskfilé i krämig dragonsås, ärtor & morötter (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Glass med drottningssås
Middag Kalvsylta Rödbetssallad (Stekt potatis)
Tillbehör M 1 Stekt potatis
Tillbehör M 2 Potatismos
Tillbehör M 3 Middagssallad

Söndag 26 Feb

Frukost Havregrynsgröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Förrätt Laxröra på kavring
Lunch alt 1 Wallenbergare, sås & bukettrönsaker (Potatis)
Lunch alt 2 Festlig gryta med svamp och bacon, bukettrönsaker (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Mandariner med vispad grädde
Middag Krämig fiskgryta med räkor och dill (Ris)
Tillbehör M 1 Kokt ris
Tillbehör M 2 Potatismos
Tillbehör M 3 Middagssallad

Vecka 10

Måndag 6 Mar

Frukost Mannagrynsvälling
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Pannbiff m lök, sås & broccoli (Potatis)
Lunch alt 2 Pastagrätäng m Kyckling
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Nyponsoppa med vispad grädde
Middag Pytt i panna stekt ägg *rödbetor
Tillbehör M 3 Middagssallad

Tisdag 7 Mar

Frukost Rågflingegröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Skeppartorsk & stuvad spenat (Potatis)
Lunch alt 2 Falukorvsgratäng (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Jordgubbskräm *gräddmjölk
Middag Risgrynsgröt

Onsdag 8 Mar

Frukost Risgrynsvälling
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Lunch alt 1 Kålpudding med brunsås (potatis) *lingonsylvt
Lunch alt 2 Biff stroganoff & morötter (Potatis)
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Tropisk fruktsallad med vispad grädde
Middag Raggmunk & bacon
Tillbehör M 3 Middagssallad

Torsdag 9 Mar

Frukost Fibergröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg

Lunch alt 1	Spenatsoppa & ägghalva *Mjukt bröd
Lunch alt 2	Örtkryddad kycklingfilé, gräddsås euromix (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Äppelpaj med vaniljsås
Middag	Dillstuvade fiskbullar (Potatis)
Tillbehör M 1	Kokt potatis
Tillbehör M 2	Potatismos
Tillbehör M 3	Middagssallad
Fredag 3 Mar	
Frukost	Havregrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Ugnsfärs, sås bönor (Potatis)
Lunch alt 2	Bogfläskgryta med ananas (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Hallonkräm *gräddmjölk
Middag	Grillkorv med bröd gurkmajonäs (Potatismos)
Tillbehör M 3	Middagssallad
Lördag 4 Mar	
Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Krämig ugnsbakad sweet chilitorsk, Ärtor & morötter (Potatis)
Lunch alt 2	Stekt schnitzel, gräddsås ärtor & morötter (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Kesokaka med grädde *sylt
Middag	Lasagne och broccoli
Tillbehör M 3	Middagssallad
Söndag 5 Mar	
Frukost	Havregrynsgröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Förrätt	Tonfiskröra på plätt
Lunch alt 1	Skivad Fläskkarré sås värdshusgrönsaker (Potatis)
Lunch alt 2	Husmansjärpe, gräddsås & värdshusgönsaker (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Fruktcocktail med vispad grädde
Middag	Äggröra köttbullar prinskorv
Tillbehör M 3	Middagssallad

Lunch alt 1	Ärtsoppa *mjukt bröd
Lunch alt 2	Kassler & euromix (Potatisgratäng)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Potatisgratäng
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Tunn pannkaka med vispad grädde *sylt
Middag	Stekt falukorv (Potatismos)
Tillbehör M 2	Potatismos
Tillbehör M 3	Middagssallad
Fredag 10 Mar	
Frukost	Havregrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Kycklingfilé i senapssås och morötter (Potatis)
Lunch alt 2	Köttfärs & bacongratäng (Ris)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Äppelkräm *gräddmjölk
Middag	Omelette m räkor & prinskorv
Tillbehör M 3	Middagssallad
Lördag 11 Mar	
Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Fisk Bonjour, ärtor & morötter (Potatis)
Lunch alt 2	Karrékotlett, sås ärtor & morötter (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Glass med drottningssås
Middag	Hamburgare m bröd (Potatismos) *dressing
Tillbehör M 2	Potatismos
Tillbehör M 3	Middagssallad
Söndag 12 Mar	
Frukost	Havregrynsgröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Förrätt	Skink & ananasröra
Lunch alt 1	Portergryta & sommarblandning (Potatis)
Lunch alt 2	Wallenbergare, sås & sommarblandning (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Jordgubbs cheesecake med vispad grädde
Middag	Köttfärsgröta serverad med crème fraiche och brytbröd
Tillbehör M 3	Middagssallad

Vecka 11

Måndag 13 Mar

Frukost	Mannagrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Köttbullar & USA grönsaker (Stuvade makaroner)
Lunch alt 2	Hannas apelsinkyckling USA-grönsaker (Potatis)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Stuvade makaroner
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Blåbärsoppa med vispad grädde
Middag	Fisksoppa , *mjukt bröd

Tisdag 14 Mar

Frukost	Rågflingebröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Stekt strömming & sommarblandning (potatismos)
Lunch alt 2	Köttfärs & potatismosgratäng & sommarblandning
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Aprikoskräm *gräddmjölk
Middag	Risgrynsgröt

Onsdag 15 Mar

Frukost	Risgrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Keso Lindström sås & morötter (Potatis)
Lunch alt 2	Medelhavsgratäng med kyckling (Potatismos)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Jordgubbsmousse
Middag	Tonfisk i currysås (Ris)
Tillbehör M 2	Kokt ris
Tillbehör M 3	Middagssallad

Torsdag 16 Mar

Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Köttfärsoppa *Mjukt bröd
Lunch alt 2	Kåldolmar, sås (Potatis) *Lingonsylt
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Mannamalta & saftsås
Middag	Köttkorv (Rotmos)
Tillbehör M 2	Rotmos
Tillbehör M 3	Middagssallad

Fredag 17 Mar

Frukost	Havregrynsvälling
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Dillkött & Broccoli (Potatis)
Lunch alt 2	Kryddig korvgryta med bacon Broccoli (Ris)
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 3	Kokt ris
Tillbehör L 4	Lunchsallad
Dessert	Päronkräm *gräddmjölk
Middag	Makaronpudding
Tillbehör M 3	Middagssallad

Lördag 18 Mar

Frukost	Fibergröt
Tillbehör F 1	Kokt ägg
Lunch alt 1	Kokt torsk Curry&räksås, ärtor & morötter (Potatis)
Lunch alt 2	Viltfärsbiff sås, ärtor & morötter (Potatis) *Lingonsylt
Tillbehör L 1	Kokt potatis
Tillbehör L 2	Potatismos
Tillbehör L 4	Lunchsallad

Dessert Persikor & grädde
Middag Köttfärspaj & kall pajsås
Tillbehör M 3 Middagssallad

Söndag 19 Mar

Frukost Havregrynsgröt
Tillbehör F 1 Kokt ägg
Förrätt Mild gubbröra på rågbröd
Lunch alt 1 Herrgårdskyckling & värdshusgrönsaker (Stekt kulpotatis)
Lunch alt 2 Köttfärslimpa sås & värdshusgrönsaker (Potatis) *Lingnonsylt
Tillbehör L 1 Kokt potatis
Tillbehör L 2 Potatismos
Tillbehör L 3 Stekt kulpotatis Menigo
Tillbehör L 4 Lunchsallad
Dessert Fruktocktail & glass
Middag Rimmad lax (Dillstuvad potatis)
Tillbehör M 1 Dillstuvad potatis
Tillbehör M 2 Potatismos
Tillbehör M 3 Middagssallad