



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 19-22

Vecka 19/1	MÅNDAG 4.5.	TISDAG 5.5.	ONSDAG 6.5.	TORSDAG 7.5.	FREDAG 8.5.	LÖRDAG 9.5.	SÖNDAG 10.5.
Morgonmål	Ekologisk havregröt bärpuré grönsaksskivor	Rågvälling av ekologiska flingor semla fruktklyftor	Veteogröt av ekologiska flingor fruktpuré grönsaksskivor / -klyftor	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd grönsaksskivor / -klyftor	Bröd, pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt bårsoppa
Lunch	Tonfisk-pastaform L N S Ä sallad	Kalkon-rotsaks-soppa M G N S Ä grönsaksskivor rågbröd Äppel-smulpaj av havre M Ä VEG vaniljsås L G Ä	Spenatplättar L potatismos L G Ä lingonkross ägg sallad mjukt bröd Ispinne	Köttfärs-potatismosform L G S Ä sallad	Broilercurry L G N S Ä mörkt eller fullkornsris sallad	Fiskfärs gräddfilssås potatismos sallad	Köttfärs-grönsaks-gryta sallad
Vegetarisk rätt	Härkismakaronilåda L Ä	Paprikapurésoppa M G Ä VEG grynost L G Ä	Spenatplättar L	Grönsaks-potatismosform (soja) M G Ä VEG	Grönsaks-quorncurry L G	Grönsaksfärs eller grönsaksbiffar	Kikärt-grönsaks-risotto
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspirog bredbart äggpålugg grönsaksskivor / -klyftor	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré mjukt bröd	Lingonvispgröt eller bärgröt av råg bär	Potatistunnbröd ost rotsaksbitar	Fruktkvarg bröd	PÅ HUSETS VIS (t.ex. tunnbröd, pålägg och frukt)
Middag	Broilersås mörkt eller fullkornsris sallad	Italiensk ugnsfisk potatis sallad	Korvsoppa M G Ä bröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd pålägg	Sjömansbiff sallad	Regnbågslaxsås mörkt ris sallad	Broilersoppa bröd
Kvällsmål	Bärkräm bröd	Fruktshake eller -smoothie bröd	Semla, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt på husets vis saftsoppa	Rågbröd pålägg frukt	Morotspirog bredbart äggpålugg rotsaksbitar	Fil eller yoghurt bröd, pålägg fruktklyftor

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 19-22

Vecka 20/2	MÅNDAG 11.5.	TISDAG 12.5.	ONSDAG 13.5.	TORSDAG 14.5.	FREDAG 15.5.	LÖRDAG 16.5.	SÖNDAG 17.5.
Morgon-mål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktpuré	Havrevälling av ekologiska flingor semla fruktklyftor	Mannavälling mjukt bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Tunnbröd smältost grönsaksskivor/-klyftor	Ekologisk gröt av fyrcornsflingor bär grönsaksskivor	Gröt fruktpuré	Semla eller bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Kebabsås M G S Ä grönsaksskivor yoghurt naturell L G Ä mörkt eller fullkornsrís sallad	Härkiskasagnette L Ä mjukt bröd sallad	Ostgratinerad fisk L G N S Ä rotsaks-potatismos L G Ä sallad	Köttfärssoppa M G S Ä rågbröd grönsaksskivor Ekologisk frukt	Broilerfärsbiffar M G N S Ä tomatsås L G N S Ä vegeris sallad	Lasagnette av köttfärs sallad	Skepparens strömmingar potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Indisk linsgryta M G Ä VEG yoghurt naturell L G Ä	Härkiskasagnette L Ä	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Rödbetspurésoppa L Ä ost	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Vegetarisk lasagnette	Potatis-rotsaksform
Mellan-mål	Bärkräm mjukt bröd ost	Rågbröd bredbart tonfisk pålägg rotsaksbitar	Rispirog bredbart äggpålägg rotsaksbitar	Rågröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	Knackkorvssemla fruktklyfto	Fruktkräm bröd	PÅ HUSETS VIS eller pizza råkostportion
Middag	Broilerrisotto sallad	Köttssoppa bröd på husets vis	Trädgårdslandets kalkongryta, mörkt ris eller potatis sallad	Sej-regnbågsloxås potatis sallad	Spenatsoppa ägghalva bröd på husets vis	SOPPA ELLER LÅDRÄTT PÅ HUSETS VIS	Broiler-potatislåda sallad
Kvälls-mål	Pirog på husets vis (t.ex. rispirog) råkostportion	Gröt bårsoppa	Bärkvarg bröd	Bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	KVÄLLSMÅL PÅ HUSETS VIS råkostportion ingår	Bäryoghurt bröd	Välling bröd, ost frukt

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 19-22

Vecka 21/3	MÅNDAG 18.5.	TISDAG 19.5.	ONSDAG 20.5.	TORSDAG 21.5.	FREDAG 22.5.	LÖRDAG 23.5.	SÖNDAG 24.5.
Morgonmål	Ekologisk gröt av fyrkornsflingor fruktpuré grönsaksskivor	Havrevälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Ekologisk yoghurt naturell och mysli mjukt bröd fruktklyftor	Vetevälling av ekologiska flingor rågbröd grönsaksklyftor	Mannagröt bär rotsaksbitar	Gröt fruktpuré	Välling bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Köttfärs-spagettiform M S Ä sallad	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG rågbröd grönsaksskivor Bärpirog M N S	Fiskpinnar M G N S Ä eller M N S Ä tartarsås M G N S potatismos L G Ä sallad	Sjömansbiff M G S Ä sallad mjukt bröd	Kalkon i sweet&soursås M G N S Ä mörkt eller fullkornsris sallad	Broilerfrestelse sallad	Köttbullar sås potatismos eller potatis sallad
Vegetarisk rätt	Vegetarisk spaghetti-form (soja) M Ä VEG	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaks-linsfrestelse L G Ä	Rotsaks-sojagryta L G Ä	Grönsaksfrestelse	Grönsaksbullar
Mellanmål	Bärgröt bär	Husets tunnbröd äggskivor rotsaksbitar	Fruktdryck av ekologisk surmjölk rågbröd bredbart örtpålägg	Vegetarisk pizza	Morotsplättar lingonkross grönsaksskivor	Fruktsallad bröd	Ris- eller morots-pirog ost rotsaksklyftor
Middag	Regnbågslaxsoppa bröd grönsaksskivor	Broiler-pastaform sallad	Kål-köttfärsgröta sallad	Grönsaksbullar sås potatis sallad	Vegetarisk minestrone-soppa bröd på husets vis grönsaksskivor	Fisk på husets vis sallad	SOPPA PÅ HUSETS VIS
Kvällsmål	Rågbröd eller tunnbröd, pålägg grönsaksskivor	Fruktkvarg bröd	Semla ost grönsaksskivor	Ugnsgröt bärsoppa	Bärsmoothie bröd	Pannkaka eller plättar bärkross	Yoghurt bär bröd

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 19-22

Vecka 22/4	MÅNDAG 25.5.	TISDAG 26.5.	ONSDAG 27.5.	TORSDAG 28.5.	FREDAG 29.5.	LÖRDAG 30.5.	SÖNDAG 31.5.
Morgonmål	Ekologisk vetegröt bärpuré rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd fruktklyftor	Ekologisk havregröt bårsoppa grönsaksskivor/-klyftor	Semla pålägg rotsaksbitar kakao	Kornvälling av ekologiska flingor mjukt bröd, ost fruktklyftor	Välling bröd, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Fil eller yoghurt bröd pålägg fruktklyftor
Lunch	Broilerbolognese M G N S Ä mörk pasta sallad	Mexikansk grönsaksgryta M G mörkt eller fullkornsris sallad rågbröd	Fiskbiffar M N S Ä eller fiskfärspinnar M G N S Ä citron-majonnäsås M G N S potatis sallad	Ärtsoppa M G N Ä mjukt bröd grönsaksskivor / -klyftor Pannkaka L N S bärkross	Köttmakaronilåda L S Ä och M S sallad	Köttgryta med paprika potatis sallad	Kalkonsås mörkt ris eller potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Sojabönasås L G Ä	Mexikansk grönsaksgryta M G	Vegepinningar M Ä VEG	Vegetarisk ärtsoppa M G Ä VEG	Pasta-grönsaksform (soja) L Ä	Sojastrimlor och ugnsgroönsaker	Ostig bön-grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkvarg tunnbröd	Korngröt av ekologiska gryn och bärpuré	Mjukt bröd pålägg fruktklyftor	Köttpirog / Grönsakspirog grönsaksklyftor	PÅ HUSSETS VIS (2-3 produkter t.ex. fullkornsflingor, semla, äggskivor, råkostportion)	Husets bulle eller bärpirog rotsaksbitar	Rispirog ost grönsaksklyftor
Middag	Skinkrisotto sallad	Broiler-majssoppa husets bröd	Vegetarisk lasagnette sallad	Köttfärs pannpotatis sallad	Ugnsfisk potatis sallad	LÅDRÄTT PÅ HUSSETS VIS	Köttfärs-grönsaksgryta sallad
Kvällsmål	Bröd, bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Ugnsomelett bröd rotsaksbitar	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré mjukt bröd	Rågröt bröd	Fruktsmoothie bröd grönsaksskivor	Semla ost grönsaksskivor	GRÖT PÅ HUSSETS VIS bärpuré

Vid alla måltider serveras även knäckebröd, bordsmargarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/-surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i Programmet Stegvis mot eko.

Byte av produkt och ändringar i lämplighetsbeteckningar möjliga. Kontrollera alltid lämplighetsbeteckningen på daghemmet.

M mjölkfri
L laktosfri
LL under 1g laktos/100 g
Ä innehåller inte ägg
VEG passar vegandiet

N innehåller inte nötkött
S innehåller inte svinkött
G glutenfri, passar celiakidiet