



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 33-36

Vecka 33/3	MÅNDAG 10.8.	TISDAG 11.8.	ONSDAG 12.8.	TORSDAG 13.8.	FREDAG 14.8.	LÖRDAG 15.8.	SÖNDAG 16.8.
Morgon-mål	Ekologisk gröt av fyrcornsflingor fruktpuré grönsaksskivor	Mannagröt bär rotsaksbitar	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré mjukt bröd grönsaksskivor	Havrevälling av ekologiska flingor mjukt bröd fruktklyftor	Semla ost grönsaksklyftor	Gröt fruktpuré	Välling bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Fiskpinnar M N S Ä tartarsås M G N S potatismos L G Ä sallad	Köttfärssoppa M G S Ä rågbröd grönsaksskivor Ekologisk frukt	Grönsaks-kikärtfrestelse L G Ä sallad mjukt bröd	Broilercurry L G N S Ä mörkt eller fullkornsröris sallad	Köttfärs-potatismosform L G S Ä sallad	Broilerfrestelse sallad	Köttbullar sås potatismos eller potatis sallad
Vegetarisk rätt	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Rödbetspurésoppa L Ä ost	Grönsaks-kikärtfrestelse L G Ä	Grönsaks-quorncurry L G	Grönsaks-potatismosform (soja) M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse	Grönsaksbullar
Mellan-mål	Bärgröt bär	Mjukt bröd pålägg fruktklyftor	Morotsplättar lingonkross grönsaksskivor	Fruktdryck av ekologisk surmjölk, rågbröd bredbart örtpålägg	PÅ HUSSETS VIS (2-3 produkter t.ex. bröd eller semla, äggskivor, råkostportion)	Fruktsallad bröd	Ris- eller morotspirog ost rotsaksklyftor
Middag	Regnbågslaxsoppa bröd grönsaksskivor	Kål-köttfärsgröta sallad	Grönsaksbullar sås potatis sallad	Broiler-pastaform sallad	Vegetarisk minestrone-soppa bröd på husets vis grönsaksskivor	Katalansk ugnsfisk eller fisk på husets vis sallad	SOPPA PÅ HUSSETS VIS
Kvälls-mål	Rågbröd eller tunnbröd, pålägg grönsaksskivor	Fruktkvarg bröd	Semla ost grönsaksskivor	Ugnsgröt bär-soppa	Bärsmoothie bröd	Pannkaka eller plättar bärkross	Yoghurt bär bröd



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 33-36

Vecka 34/4	MÅNDAG 17.8.	TISDAG 18.8.	ONSDAG 19.8.	TORSDAG 20.8.	FREDAG 21.8.	LÖRDAG 22.8.	SÖNDAG 23.8.
Morgonmål	Ekologisk vetegröt bärpuré rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd grönsaksskivor	Ekologisk havregröt bårsoppa grönsaksskivor/-klyftor	Semla pålägg rotsaksbitar kakao	Bärris mjukt bröd, grönsaksskivor	Välling bröd, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Fil eller yoghurt bröd pålägg frukt-klyftor
Lunch	Broilerbolognese M G N S Ä mörk pasta sallad	Mexikansk grönsaksgryta M G mörkt eller fullkornsriss 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 bärcross	Tonfisk-pastaform L N S Ä 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	Härkismakaronilåda L Ä	Sojastrimlor och ugnsgroönsaker	Ostig bön-grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkvarv tunnbröd	Korngröt av ekologiska gryn och bärpuré	Mjukt bröd pålägg frukt-klyftor	Vegetarisk pizza	PÅ HUSSETS VIS (2-3 produkter t.ex. bröd eller semla, äggskivor / portionsbröd med fyllning, råkostportion)	Husets bulle eller bärpirog fruktbitar	Rispirog ost grönsaksklyftor
Middag	Skinkrisotto sallad	Broiler-majssoppa husets bröd	Vegetarisk lasagnette sallad	Köttfärs pannpotatis sallad	Broilerfrestelse sallad	LÅDRÄTT PÅ HUSSETS VIS	Ugnsfisk potatis 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



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 33-36

Vecka 35/5	MÅNDAG 24.8.	TISDAG 25.8.	ONSDAG 26.8.	TORSDAG 27.8. Östersjödagen	FREDAG 28.8.	LÖRDAG 29.8.	SÖNDAG 30.8.
Morgon-mål	Ekologisk havregröt fruktpuré juice	Rågvälling av ekolo- giska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Korngröt av ekolo- giska gryn och bärpuré fruktstyckor	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksstyckor	Mjukt bröd äggskivor grönsaksskivor	Fil / Yoghurt bröd rotsaksstyckor	Gröt fruktstyckor
Lunch	Köttbullar M Ä och M S Ä brunsås L N S Ä potatismos L G Ä sallad	Broilersoppa M G N S Ä rågbröd grönsaksskivor Bärkvag L G N S Ä	Nudel-quornwok M sallad	Råg-fiskburger L N S gurkmajonnäs M G N S rostade rotfrukt- och potatistär- ningar M G Ä VEG sallad	Knackkorvsås M Ä potatis sallad	Broilerbiffar sås potatis sallad	Gris-grönsakssås potatis / korn sallad
Vegeta- risk rätt	Falafelbullar (kikärt) M G Ä VEG / M G	Spenatsoppa L G Ä ägg	Nudel-quornwok M	Råg vegetarisk burger M N S	Sojaknackkorvsås M G Ä VEG	Grönsaksbiffar	Trädgårdslandets grönsaksgryta
Mellan- mål	Ekologisk yoghurt naturell bärpuré mjukt bröd	Grönsakspaj rotsaksbitar	Risgrynsgröt bär	Fruktkräm mjukt bröd ost	Grönsaksbullar dippgrönsaker dippsås	Husets pirog (t.ex. köttfärs-grönsaks- pirog i rågdeg) råkostportion	Bröd pålägg grönsaksskivor
Middag	Sej-regnbågslaxsås rotsaks-potatismos sallad	Bolognesesås mörk pasta eller potatis sallad	Köttssoppa bröd grönsaksskivor	Broilerrisotto sallad	Fisksoppa rågbröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd ost	Kalkonfrestelse sallad
Kvälls- mål	Semla ost frukt	Gröt och fruktstyckor	Tunnbröd bredbart örtpålägg rotsaksbitar	Morotsplättar lingonkross grynost / ägg	Fruktkvarg bröd	Gröt / Välling saftsoppa bröd	Frukt- eller bäryoghurt bröd rotsaksbitar

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 33-36

Vecka 36/6	MÅNDAG 31.8.	TISDAG 1.9.	ONSDAG 2.9.	TORSDAG 3.9.	FREDAG 4.9.	LÖRDAG 5.9.	SÖNDAG 6.9.
Morgonmål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktपुरé	Havrevälling eller rågröt av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bärपुरé	Semla ost kakao rotsaksbitar	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Gröt bär-soppa	Bröd pålägg grönsaksskivor kakao
Lunch	Köttfärssås M S Ä mörk pasta sallad	Broiler-potatislåda L G N S Ä varmt grönsakstillägg sallad	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfil-relishsås L G N S Ä potatismos L G Ä sallad, mjukt bröd	Fisksoppa L G N S Ä grönsaksskivor rågbröd ekologisk frukt	Broiler i tomatsås M G N S Ä mörkt eller fullkorns-ris sallad	Kalops potatismos eller potatis sallad	Broilerbullar sås formpotatis sallad
Vegetarisk rätt	Ärtkrossbolognese M G Ä VEG	Grönsaks-bönrisotto M G Ä VEG	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Linssoppa L G Ä	Vegetarisk korma med ekologisk tofu M G Ä VEG	Rotsaks-sojagryta	Grönsaksbullar eller -biffar
Mellanmål	Fruktgröt fruktbitar	Skinksnurra/grönsakssnurra mjuktbröd pålägg rotsaksbitar	Bärsmoothie rågbröd grönsaksskivor	Morotspannkaka eller pannkaka bärkross	Knackkorvssemla fruktklyftor	På husets vis	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Vegetarisk pyttipanna, ägg sallad	Regnbågslaxsås potatismos sallad	Kalops potatis sallad	Köttmakaronilåda sallad	Fisksoppa bröd	Vegetarisk pizza,sallad	Broilersoppa tunnbröd
Kvällsmål	Fruktgröt fruktbitar	Bröd pålägg grönsaksskivor	Semlor pålägg grönsaksskivor	Bärgrot bär	Fruktpirog rotsaksbitar	Bröd ost fruktklyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa