



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 35-40

Vecka 35/1	MÅNDAG 26.8.	TISDAG 27.8.	ONSDAG 28.8.	TORSDAG 29.8.	FREDAG 30.8.	LÖRDAG 31.8.	SÖNDAG 1.9.
Morgonmål	Ekologisk havregröt bärpuré juice	Rågvälling av ekologiska flingor fruktklyftor	Vetegröt av ekologiska flingor fruktpuré	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrcornsflingor mjukt bröd fruktklyftor	Bröd, pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt bårsoppa
Lunch	Tonfisk-pastaform L N S Ä sallad	Korvsoppa M G 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	Köttfärs-potatismosform L G S Ä sallad	Broilercurry L G N S Ä mörkt eller fullkornsris sallad	Fiskfärs gräddfilssås potatismos sallad	Lasagnette av köttfärs 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	Vegetarisk lasagnette
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspirog bredbart äggpålägg grönsaksskivor / -klyftor	Ekologisk yoghurt naturell och bärpuré	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	Kalkon-rotsaks-soppa bröd bröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd pålägg	Sjömansbiff sallad	Broilersoppa bröd	Regnbågslaxsås mörkt ris sallad
Kvällsmål	Bärkräm bröd	Fruktsshake eller -smoothie bröd	Semla, bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor kakao	Gröt på husets vis saftsoppa	Rågbröd pålägg frukt	Morotspirog bredbart äggpålägg 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 35-40

Vecka 36/2	MÅNDAG 2.9.	TISDAG 3.9.	ONSDAG 4.9.	TORSDAG 5.9.	FREDAG 6.9.	LÖRDAG 7.9.	SÖNDAG 8.9.
Morgonmål	Ekologisk gröt av kornflingor fruktpuré juice	Havrevälling av ekologiska flingor rågbröd fruktklyftor	Mannavälling mjukt bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Ekologisk gröt av fyrkornsflingor bär grönsaksskivor	Tunnbröd smältost grönsaksskivor/ -klyftor	Gröt fruktpuré	Semla eller bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Kebabsås M G S Ä yoghurt naturell L G Ä mörkt eller fullkornsr is sallad	Härkiskasagnette L Ä rågbröd 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	Skepparens strömmingar potatismos sallad	Köttfärs-grönsaks-gryta 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	Potatis-rotsaksform	Kikärt-grönsaksrisotto
Mellanmål	Bärkräm mjukt bröd ost	Rågbröd bredbart tonfisk pålägg rotsaksbitar	Rispirog bredbart äggpålägg rotsaksbitar	Råggröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	Knackkorvssemla fruktklyftor	Fruktkräm bröd	PÅ HUSETS VIS eller pizza råkostportion
Middag	Broilerrisotto sallad	Köttsoffa bröd på husets vis	Trädgårdslandets kalkongryta, mörkt ris eller potatis sallad	Sej-regnbågslaxsås potatis sallad	Spenatsoppa ägghalva bröd på husets vis	Broiler-potatislåda sallad	SOPPA ELLER LÅDRÄTT PÅ HUSETS VIS
Kvällsmål	Pirog på husets vis (t.ex. rispirog) råkostportion	Gröt bärsoppa	Bärkvarg bröd	Bröd bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	KVÄLLSMÅL PÅ HUSETS VIS råkostportion ingår	Bäryoghurt bröd	Välling bröd, ost frukt



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 35-40

Vecka 37/3	MÅNDAG 9.9.	TISDAG 10.9.	ONSDAG 11.9.	TORSDAG 12.9.	FREDAG 13.9.	LÖRDAG 14.9.	SÖNDAG 15.9.
Morgonmål	Ekologisk gröt av fyrekornsflingor fruktklyftor	Havrevälling av ekologiska flingor fruktपुरé fruktklyftor	Ekologisk yoghurt naturell och mysli mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bär rotsaksbitar	Vetevälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksklyftor	Gröt fruktपुरé	Välling bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Köttfärs-spagetti-form M S Ä sallad	Grönsakspurésoppa L G Ä ekologisk tofu och majs tillbehör M G Ä VEG grönsaksskivor rågbröd Bärpirog M	Kalkon i sweet&soursås M G N S Ä mörkt eller fullkornsrör sallad	Sjömansbiff M G S Ä sallad mjukt bröd	Fiskpinnar M G N S Ä eller M N S Ä tartarsås M G N S potatismos L G Ä 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	Rotsaks-sojagryta L G Ä	Grönsaks-linsfrestelse L G Ä	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse	Grönsaksbullar
Mellanmål	Bärgröt bär	Husets tunnbröd äggskivor rotsaksbitar	Morotsplättar lingonkross	Fruktdryck av ekologisk surmjölk rågbröd bredbart örtpålägg	Vegetarisk pizza	Fruksallad 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 korn eller flörörkornsrör sallad	SOPPA PÅ HUSETS VIS
Kvällsmål	Rågbröd eller tunnbröd, pålägg grönsaksskivor	Fruktkvarv bröd	Semla ost grönsaksskivor	Ugnsgröt bär-soppa	Bärsmoothie bröd	Pannkaka eller plättar bärkross	Yoghurt bär bröd



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 35-40

Vecka 38/4	MÅNDAG 16.9.	TISDAG 17.9.	ONSDAG 18.9.	TORSDAG 19.9.	FREDAG 20.9.	LÖRDAG 21.9.	SÖNDAG 22.9.
Morgonmål	Ekologisk vetegröt bärpuré	Ekologisk välling av fyrcornsflingor bärpuré grönsaksskivor/-klyftor	Ekologisk havregröt bårsoppa grönsaksskivor/-klyftor	Semla pålägg kakao rotsaksbitar	Kornvälling av ekologiska flingor mjukt bröd, ost frukt-klyftor	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 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 grönsaksskivor/-klyftor mjukt bröd 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	Kikärt-kokossoppa M G Ä VEG	Pasta-grönsaksform (soja) L Ä	Sojastrimlor och ugnsgroönsaker	Ostig bön-grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkvarv tunnbröd	Korngröt av ekologiska grynen och bärpuré	Köttpirog / Grönsakspirog grönsaksklyftor	Mjukt bröd pålägg frukt-klyftor	PÅ HUSSETS VIS (2-3 produkter t.ex. fullkornsflingor, semla, äggskivor / portionsbröd med fyllning, 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/100g
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 35-40

Vecka 39/5	MÅNDAG 23.9.	TISDAG 24.9.	ONSDAG 25.9.	TORSDAG 26.9.	FREDAG 27.9.	LÖRDAG 28.9.	SÖNDAG 29.9.
Morgonmål	Ekologisk havregröt bärpuré juice	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksklyftor	Mjukt bröd äggskivor grönsaksskivor	Rågvälling ekologiska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Mannagröt bärpuré	Fil / Yoghurt bröd rotsaksklyftor	Gröt fruktpuré
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 Bärkvarg	Nudel-quornwok M sallad	Regnbågslax-frestelse L G N S Ä sallad semla	Knackkorvsås M Ä potatis sallad	Köttfärs-potatismos-låda sallad	Gris-grönsakssås potatis / korn sallad
Vegetarisk rätt	Falafelbullar (kikärt) M G Ä VEG / M G	Spenatsoppa L Ä ägg	Nudel-quornwok M	Grönsaks-kikärt-frestelse L G Ä	Sojaknackkorvsås M G Ä VEG	Grönsaks-potatismoslåda	Trädgårdslandets grönsaksgryta
Mellanmål	Ekologisk yoghurt naturell bärpuré mjukt bröd	Rågbröd bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Risgrynsgröt och bär	Semla pålägg grönsaksskivor	Fruktkräm mjukt bröd ost	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
Kvällsmål	Semla ost frukt	Gröt och fruktpuré	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 35-40

Vecka 40/6	MÅNDAG 30.9.	TISDAG 1.10.	ONSDAG 2.10.	TORSDAG 3.10.	FREDAG 4.10.	LÖRDAG 5.10.	SÖNDAG 6.10.
Morgonmål	Korngröt av ekologiska flingor fruktpuré	Havrevälling eller rågröt av ekologiska flingor, mjukt bröd grönsaksskivor	Mannagröt bärpuré	Semla ost kakao rotsaksbitar	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Gröt bårsoppa	Bröd pålägg grönsaksskivor kakao
Lunch	Köttfärssås M S Ä mörk pasta sallad	Broiler-potatislåda L G N S Ä sallad	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfyl-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 fullkornsröris sallad	Broilerbullar sås formpotatis sallad	Kalops potatismos eller potatis sallad
Vegetarisk rätt	Ärtkrossbolognese M G Ä VEG	Grönsaks-bönrissotto 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	Grönsaksbullar eller -biffar	Rotsaks-sojagryta
Mellanmål	Mjukt bröd pålägg frukt-klyftor	Fruktgröt fruktbitar	Rågbröd äggskivor grönsaksskivor / -klyftor	Morotspannkaka eller pannkaka bärkross	PÅ HUSETS VIS (t.ex. grönsaks-frukt-fat, dipsås, bröd)	Pizza	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Vegetarisk pyttipanna, ägg sallad	Knackkorvsoppa bröd på husets vis	Regnbågslaxsås potatismos sallad	Köttmakaronilåda sallad	Fisk i ostsås potatis sallad	Köttfärs-spagettiform sallad	Broilersoppa tunnbröd
Kvällsmål	Fruktgröt fruktbitar	Bröd pålägg grönsaksskivor	Bärkvarv bröd	Rågruta eller semla bredbart vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Fruktpirog rotsaksbitar	Bröd ost frukt-klyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa