



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 43-48

Vecka 43/1	MÅNDAG 19.10.	TISDAG 20.10.	ONSDAG 21.10.	TORSDAG 22.10.	FREDAG 23.10.	LÖRDAG 24.10.	SÖNDAG 25.10.
Morgonmål	Ekologisk havregrynsgröt bärpuré rotsaksklyftor	Ekologisk vetegröt fruktpuré skivade grönsaker	Naturell ekologisk yoghurt med müsli mjukt bröd	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Fruktris mjukt bröd fruktklyftor	Bröd kallskuret skivade grönsaker saft	Gröt bårsoppa
Lunch	Köttmakaronilåda L S Ä och M S sallad varma grönsaker	Kalkon- och rotsaks-soppa M G N S Ä skivade grönsaker rågbröd Fruktkvarv L G Ä	Spenatplättar L potatismos L G Ä rårörda lingon ägg mjukt bröd sallad	Kycklingcurry L G N S Ä mörkt ris eller fullkornsris sallad	Regnbågslaxfrestelse L G Ä sallad	Lasagnette med köttfärs sallad	Fiskfärslimpa med gräddfilssås potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Pastagrätäng med grönsaker (soja) L Ä	Kikärtssoppa med kokos M G Ä VEG	Spenatplättar L	Grönsaks- och quorncurry L G	Grönsaksfrestelse med linser L G Ä	Grönsaks-lasagnette	Grönsaksfärslimpa eller grönsaksbiffar
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspaj äggsmör skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Bärgröt bär	På husets vis (t.ex. grönsaks- och frukt-tallrik, dippsås, bröd)	Tunnbröd ost rotsaksbitar	Bärkvarv bröd	På husets vis (t.ex. tunnbröd, kallskuret och frukt)
Middag	Kycklingsås potatis sallad	Grönsaksrisotto sallad	Italiensk ugnsfisk potatis sallad	Grönsakspurésoppa bröd kallskuret	Rotsakslandets kalkongryta potatis, sallad	Kycklingsoppa bröd	Sjömansbiff sallad
Kvällsmål	Fruktmilkshake eller smoothie bröd	På husets vis kvällsmål med färskbit	Semla vegetabiliskt margarin skivade grönsaker	Gröt på husets vis, saftsoppa	Bärkräm bröd	Morotspaj äggsmör rotsaksbitar	Fil eller yoghurt ost bröd fruktklyftor



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 43-48

Vecka 44/2	MÅNDAG 26.10.	TISDAG 27.10.9.	ONSDAG 28.10.	TORSDAG 29.10.	FREDAG 30.10.	LÖRDAG 31.10.	SÖNDAG 01.11.
Morgonmål	Ekologisk gröt på kornflingor fruktpuré	Tunnbröd kallskuret skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Mannagrynsvälling mjukt bröd vegetabiliskt margarin skivade grönsaker	Grönsaksomelett mjukt bröd frukt-klyftor	Ekologisk gröt på fyra sädeslag bär	Gröt frukt-puré	Småfranska eller bröd kallskuret skivade grönsaker
Lunch	Kalkon i sötsur sås M G N S Ä mörkt ris eller fullkornsris sallad	Härkiskasagnette L Ä rågbröd sallad	Ostgratinerad fisk L G N S Ä rotsaks- och potatismos L G Ä sallad	Köttfärs-soppa M G S Ä rågbröd skivade grönsaker Ekologisk frukt	Kycklingfärsbiffar M G N S Ä tomatsås L G N S Ä ris med grönsaker sallad	Skinkfrestelse sallad	Köttgryta med paprika potatis sallad
Vegetarisk rätt	Indisk linsgryta M G Ä VEG naturell yoghurt L G Ä	Härkiskasagnette L Ä	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Rödbetspuré-soppa L Ä ost	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse med linser	Kikärtssås
Mellanmål	Bärkräm mjukt bröd ost	Färskröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	Knackkorvgömma rotsaksbitar	Fruktsmoothie mjukt bröd skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Rågbröd tonfiskpålägg rotsaksbitar	Fruktsallad bröd	På husets vis eller Pizza färskbit
Middag	Kycklingrisotto sallad	Köttsoppa bröd på husets vis	Grönsaks-purésoppa bröd ost fruktbitar	Sej- och regnbågs-lax-sås potatis sallad	Spenatsoppa ägg-halva bröd på husets vis	PÅ HUSETS VIS SOPPA ELLER LÅDA	Kyckling- och potatis-låda sallad
Kvällsmål	Paj/pirog på husets vis (t.ex. rispirog) färskbit	Bärkvarg bröd	Bröd vegetabiliskt margarin skivade grönsaker	Gröt bär-soppa	Kvällsmål på husets vis med färskbit	Bäryoghurt bröd	Välling bröd ost frukt



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 43-48

Vecka 45/3	MÅNDAG 02.11. Farsdagsvecka, Önskematdag	TISDAG 03.11. Farsdagsvecka, Önskematdag	ONSDAG 04.11. Farsdagsvecka, Önskematdag	TORSDAG 05.11. Farsdagsvecka, Önskematdag	FREDAG 06.11. Farsdagsvecka, Önskematdag	LÖRDAG 07.11.	SÖNDAG 08.11.
Morgon-mål	Ekologisk gröt av fyrcornsflingor fruktपुरé grönsaksskivor	Mannagröt bär rotsaksbitar	Ekologisk yoghurt naturell och bärपुरé mjukt bröd grönsaksskivor	Havrevälling av ekologiska flingor mjukt bröd fruktklyftor	Semla ost grönsaksklyftor	Gröt fruktपुरé	Välling bröd pålägg grönsaksskivor
Lunch	Kycklingcurry L G N S Å mörkt ris eller fullkornsrissallad varma grönsaker	Grönsakspurésoppa L G Å tillbehör med majs och ekologisk tofu M G Å VEG rågbröd, skivade grönsaker Bärpaj M	Köttmakaronilåda L S Å och M S sallad	Spenatplättar L potatismos L G Å råörda lingon ägg mjukt bröd sallad	Fiskpinnar M N S Å tartarsås M G N S potatismos L G Å sallad	Broilerfrestelse sallad	Köttbullar sås potatismos eller potatis sallad
Vegeta-risk rätt	Grönsaks- och quorncurry L G	Grönsakspurésoppa L G Å tillbehör med majs och ekologisk tofu M G Å VEG	Pastagrätäng med grönsaker (soja) L Å	Spenatplättar L	Vegepinnar M Å VEG	Grönsaksfrestelse	Grönsaksbullar
Mellan-mål	Bärgröt bär	Mjukt bröd pålägg fruktklyftor	PÅ HUSETS VIS	Fruktdryck av ekologisk surmjölk, rågbröd, fruktklyftor	Korngröt av ekologiska flingor och bärपुरé	Fruktkräm bröd	Ris- eller morots-pirog ost rotsaksklyftor
Middag	Regnbåglaxsoppa 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 HUSETS VIS
Kvälls-mål	Tunnbröd, pålägg grönsaksskivor	Fruktkvarg bröd	Semla ost, grönsaksskivor	Ugnsgröt bär-soppa	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
Å 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 43-48

Vecka 46/4	MÅNDAG 09.11.	TISDAG 10.11.	ONSDAG 11.11.	TORSDAG 12.11.	FREDAG 13.11.	LÖRDAG 14.11.	SÖNDAG 15.11.
Morgon-mål	Ekologisk vetegröt bärpuré rotsaksbitar	Ekologisk välling av fyrkornsflingor 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	Fiskbiffar M N S Ä eller fiskfärspinnar M G N S Ä citron-majonnäsås M G N S potatis sallad	Mexikansk grönsaksgryta M G mörkt eller fullkornsrissallad rågbröd	Ärtsoppa M G N Ä mjukt bröd grönsaksskivor / -klyftor Frukt-sallad M G Ä VEG	Tonfisk-pastaform L N S Ä sallad	Köttgryta med paprika potatis sallad	Kalkonsås mörkt ris eller potatismos sallad
Vegeta-risk rätt	Sojabönasås L G Ä	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Mexikansk grönsaksgryta M G	Vegetarisk ärtsoppa M G Ä VEG	Härkismakaronilåda L Ä	Kikärtsgrönsaksrisotto	Bön- och grönsaksgryta med ost
Mellan-mål	Fruktkvarv tunnbröd	Mjukt bröd pålägg frukt-klyftor	Morotsplättar råörda lingon rotsaksbitar	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
Kvälls-mål	Bröd, bredbart tonfisk pålägg grönsaksskivor	Ugnsomelett bröd rotsaksbitar	Ekologisk yoghurt naturell och bär-puré 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 43-48

Vecka 47/5	MÅNDAG 16.11.	TISDAG 17.11.	ONSDAG 18.11.	TORSDAG 19.11.	FREDAG 20.11. Internationella barndagen	LÖRDAG 21.11.	SÖNDAG 22.11.
Morgonmål	Ekologisk havregröt fruktpuré juice	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Korngröt av ekologiska gryn och bärpuré fruktstyckor	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksstyckor	Mjukt bröd äggskivor grönsaksskivor	Fil / Yoghurt bröd rotsaksstyckor	Gröt fruktpuré
Lunch	Köttbullar M Ä och M S Ä brunsås L N S Ä potatis sallad	Kycklingsoppa M G N S Ä rågbröd skivade grönsaker Bärkvarv	Nudel- och quornwok M sallad	Lasagnette med regnbågslax L N S Ä småfranska sallad varma grönsaker	Knackkorvsås M Ä potatis sallad Ispinne	Kycklingfärsbiffar sås gratinerad potatis sallad	Griskötts- och grönsaks- sås potatis/korn sallad
Vegetarisk rätt	Falafel (kikärter) M G Ä VEG / M G	Spensoppa L Ä ägg	Nudel- och quornwok M	Rotsaks- och linslasagnette L N S Ä	Sojaknackkorvsås M G Ä VEG	Grönsaksbiffar	Rotsakslandets grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkräm mjukt bröd ost	Naturell ekologisk yoghurt bärpuré mjukt bröd	Risgrynsgröt med bär	Kycklingpaj/ grönsakspaj rotsaksbitar	Grönsaksbullar dippgrönsaker dippsås	Husets paj (t.ex. köttfärs- och grönsakspaj med rågbotten) färsbit	Bröd kallskuret skivade grönsaker
Middag	Sej-regnbågslaxsås rotsaks-potatismos sallad	Köttsoppa bröd grönsaksskivor	Rotsakslandets grönsaksgryta potatis, sallad	Broilerrisotto sallad	Gammaldags fisk-soppa rågbröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd ost	Kalkonfrestelse sallad
Kvällsmål	Semla ost frukt	Gröt och fruktpuré	Tunnbröd bredbart örtpålägg rotsaksbitar	Morotsplättar lingonkross grynost / ägg	Fruktkvarv bröd	Gröt / Välling saftsoppa bröd	bäryoghurt bröd rotsaksbitar



Ge respons om daghemmets mat

Skiftesdaghemmens matsedel veckorna 43-48

Vecka 48/6	MÅNDAG 23.11. Julgröt denna vecka	TISDAG 24.11. Julgröt denna vecka	ONSDAG 25.11. Julgröt denna vecka	TORSDAG 26.11. Julgröt denna vecka	FREDAG 27.11. Julgröt denna vecka	LÖRDAG 28.11. Julgröt denna vecka	SÖNDAG 29.11. Julgröt denna vecka
Morgon-mål	Ekologisk gröt av kornflingor bärpuré rotsaksbitar	Havrevälling eller rå-gröt 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 varmt grönsakstillägg sallad	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfild-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
Vegeta-risk 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
Mellan-mål	Fruktgröt fruktbitar	Skinksnurra/grönsakssnurra mjuktbröd pålägg rotsaksbitar	Bärsmoothie rågbröd grönsaksskivor	Morotspannkaka eller pannkaka bärkross	Råg-fiskburgare	På husets vis	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Fisksoppa bröd	Regnbågslaxsås potatismos sallad	Kycklingrisotto sallad	Köttmakaronilåda sallad	Vegetarisk pyttipanna, ägg sallad	Vegetarisk pizza,sallad	Broilersoppa tunnbröd
Kvälls-mål	Bärkvarg bröd	Bröd pålägg grönsaksskivor	Semlor pålägg grönsaksskivor	Bärgröt bär	Fruktpirog rotsaksbitar	Bröd ost fruktklyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa