



Ge respons
om daghemsmaten

Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 8/1	MÅNDAG 22.2	TISDAG 23.2	ONSDAG 24.2	TORSDAG 25.2	FREDAG 26.2	LÖRDAG 27.2	SÖNDAG 28.2
Frukost	Ekologisk havregrynsgröt bärpuré rotsaksklyftor	Ekologisk vetegröt fruktpuré grönsaksskivor	Naturell ekologisk yoghurt med müsli mjukt bröd	Rågbröd leverkorv kakao rotsaksbitar	Korngrynsgröt av ekologiska gryn bärpuré fruktklyftor	Bröd kallskuret grönsaksskivor saft	Gröt bårsoppa
Lunch	Köttmakaronilåda L S Ä och M S sallad varm grönsak	Kalkon- och rotsakssoppa M G N S Ä grönsaksskivor rågbröd Fruktkvarv L G Ä	Mexikansk grönsaksgryta M G potatis sallad rågbröd	Kycklingcurry L G N S Ä mörkt ris eller fullkornsrís sallad	Fiskbiffar M N S Ä/ Färspinnar(braxen) M G N S Ä majonnäsås med citron M G N S potatis sallad	Lasagnette av köttfärs sallad	Fiskfärslimpa med gräddfilssås potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Pastagrätäng med grönsaker (soja) L Ä	Kikärtssoppa med kokos M G Ä VEG	Mexikansk grönsaksgryta M G	Grönsakscurry med quorn L G	Vegepinnar M Ä VEG	Grönsaks-lasagnette	Grönsaksfärslimpa eller grönsaksbiffar
Mellanmål	Fruktsallad mjukt bröd	Morotspaj äggpålugg skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Bärgrot bär	På husets vis (t.ex. grönsaks- och frukttallrik, dipsås, bröd)	Tunnbröd ost rotsaksbitar	Fruktkvarv bröd	På husets vis (t.ex. tunnbröd, kallskuret och frukt)
Middag	Italiensk ugnsfisk potatis sallad	Grönsaksrisotto sallad	Köttfärslimpa sås potatis sallad	Grönsakspurésoppa bröd kallskuret	Rotsakslandets kalkongryta potatis, sallad	Kycklingsoppa bröd	Sjömansbiff sallad
Kvällsmål	Fruktmilkshake eller smoothie bröd	På husets vis kvällsmål med färskbit	Småfranska vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Gröt på husets vis, saftsoppa	Bärkräm bröd	Morotspaj äggpålugg rotsaksbitar	Fil eller yoghurt ost, bröd fruktklyftor

Vid varje måltid serveras ytterligare knäckebröd, vegetabiliskt margarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i programmet Stegvis mot eko.

Med förbehåll för produkt- och lämplighetsändringar. Kontrollera alltid lämpligheten vid enheten.

M mjölkfri
L laktosfri
LL mindre än 1 g 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 daghemsmaten

Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 9/2	MÅNDAG 1.3	TISDAG 2.3	ONSDAG 3.3	TORSDAG 4.3	FREDAG 5.3	LÖRDAG 6.3	SÖNDAG 7.3
Frukost	Ekologisk kornflingsgröt fruktpuré	Tunnbröd kallskuret grönsaksskivor/-klyftor	Mannagrynsvälling mjukt bröd vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Grönsaksomelett mjukt bröd rotsaksbitar	Ekologisk gröt på fyra sädeslag bär	Gröt fruktpuré	Småfranska eller bröd kallskuret grönsaksskivor
Lunch	Kebabsås M G S Ä naturell yoghurt L G Ä mörkt ris eller fullkornsrissallad	Härkiskasagnette L Ä mjukt bröd sallad	Ostgratinerad fisk L G N S Ä rotsaks- och potatismos L G Ä sallad	Köttfärssoppa M G S Ä rågbröd grönsaksskivor 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	Rödbetspurésoppa L Ä ost	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse med linser	Kikärtssås
Mellanmål	Bärkräm mjukt bröd ost	Färskgröt av ekologiska flingor eller fruktgröt fruktbitar	Knackkorvgömma rotsaksbitar	Fruktsmoothie mjukt bröd frukt-klyftor	Rågbröd tonfiskpållegg rotsaksbitar	Fruktsallad bröd	På husets vis eller Pizza färskbit
Middag	Kycklingrisotto sallad	Köttsoppa bröd på husets vis	Grönsakspurésoppa bröd ost fruktbitar	Sej- och regnbågslax-sås potatis sallad	Spenatsoppa ägghalva 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 vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Gröt bär-soppa	Kvällsmål på husets vis med färskbit	Bäryoghurt bröd	Välling bröd ost frukt

Vid varje måltid serveras ytterligare knäckebröd, vegetabiliskt margarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/surmjölk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i programmet Stegvis mot eko.

Med förbehåll för produkt- och lämplighetsändringar. Kontrollera alltid lämpligheten vid enheten.

M mjölkfri
L laktosfri
LL mindre än 1 g 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 daghemsmaten

Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 4/3	MÅNDAG 8.3	TISDAG 9.3	ONSDAG 10.3.	TORSDAG 11.3	FREDAG 12.3	LÖRDAG 13.3	SÖNDAG 14.3
Frukost	Ekologisk gröt på fyra kornflingsgröt fruktpuré grönsaksskivor	Mannagrynsgröt bär rotsaksbitar	Naturell yoghurt med bärpuré, bröd grönsaksskivor	Havrevälling av ekologiska flingor mjukt bröd rotsaksbitar	Småfranska smältost grönsaksskivor/-klyftor	Gröt fruktpuré	Välling bröd kallskuret grönsaksskivor
Lunch	Köttfärs- och potatis-mosgratäng L G S Ä sallad varm grönsak	Grönsakspurésoppa L G Ä tillbehör med majs och ekologisk tofu M G Ä VEG rågbröd grönsaksskivor Bärpaj M	Kalkon i sötsur-sås M G N S Ä mörkt ris eller fullkornsris sallad	Grönsaksfrestelse med kikärter L G Ä sallad mjukt bröd	Fiskpinnar M N S Ä tartarsås M G N S potatismos L G Ä sallad	Köttbullar sås potatismos eller potatis sallad	Skepparens strömming potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Grönsaks- och potatis-mosgratäng (soja) M G Ä VEG	Grönsakspurésoppa L G Ä tillbehör med tofu och majs M G Ä VEG	Rotsaksgryta med soja M G Ä VEG	Grönsaksfrestelse med kikärter L G Ä	Grönsaksbiffar (soja) M G Ä VEG	Grönsaksbullar	Vegepinnar
Mellanmål	Bärgröt bär	Mjukt bröd vegetariskt pålägg ägg fruktklyftor	Morotsplättar rårörda lingon rotsaksbitar	Fruktdryck av ekologisk surmjölk rågbröd fruktklyftor	På husets vis (t.ex. grönsaks- och frukttallrik, dipsås, fullkornsflingor)	Fruktkräm bröd	Rispirog eller morotspaj ost rotsaksklyftor
Middag	Regnbågslaxsoppa bröd grönsaksskivor	Kål- och köttfärsgröta sallad	Grönsaksbiff sås potatis sallad	Pastagrätäng med kyckling sallad	Minestrone-soppa med grönsaker bröd på husets vis grönsaksskivor	Fisk på husets vis korn eller flerkornsris sallad	PÅ HUSETS VIS SOPPA
Kvällsmål	Rågbröd eller tunnbröd, kallskuret grönsaksskivor	Fruktkvarg bröd	Småfranska ost grönsaksskivor	Ugnsgröt bärpaj	Bärsmoothie bröd	Pannkaka eller plättar rårörda bär	Yoghurt bär bröd

Vid varje måltid serveras ytterligare knäckebröd, vegetabiliskt margarin och måltidsdryck (fettfri ekologisk mjölk/surmjolk/vatten). Daghemmen är på steg 4 i programmet Stegvis mot eko.

Med förbehåll för produkt- och lämplighetsändringar. Kontrollera alltid lämpligheten vid enheten.

M mjölkfri
L laktosfri
LL mindre än 1 g 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 daghemsmaten

Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 11/4	MÅNDAG 15.3	TISDAG 16.3 Afrika-tema	ONSDAG 17.3 Afrika-tema	TORSDAG 18.3 Afrika-tema	FREDAG 19.3	LÖRDAG 20.3	SÖNDAG 21.3
Frukost	Ekologisk vetegröt bärpuré rotsaksbitar	Välling på fyra sädesslag av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Ekologisk havregrynsgrot bärsoppa skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Småfranska vegetariskt pålägg kakao rotsaksbitar	Bär-/fruktris mjukt bröd rotsaksbitar	Välling bröd vegetariskt pålägg grönsaksskivor	Fil eller yoghurt bröd fruktklyftor
Lunch	Spenatplättar L potatismos L G Ä rårörda lingon mjukt bröd sallad	Afrikansk kycklingcurry M G N S Ä ljusris sallad	Marockansk kofta M G S Ä yoghurtsås med mynta L G N S Ä Potatis- och batatmåsa L G Ä sallad	Madagaskisk purésoppa M G K VEG mjukt bröd grönsaksskivor Algeriska frukter M G Ä VEG	Tonfisk- och pastagrätäng L N S Ä sallad varm grönsak	Köttfärs- och grönsaksgryta sallad	Kalkon- sås mörkt ris eller potatismos sallad
Vegetarisk rätt	Spenatplättar L	Quorn på tanzaniskt vis M G	Falafelbullar M G Ä VEG / M G	Madagaskisk purésoppa M G Ä VEG	Makaronilåda med Härkis L Ä	Kikärtssoppa grönsaksrisotto	Bön- och grönsaksgryta med ost
Mellanmål	Fruktkvarg tunnbröd	Sojabolognesepizza fruktklyftor	Mjukt bröd kallskuret skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Korngrynsgrot av ekologiska gryn och bärpuré	På husets vis (2–3 produkter t.ex. semla, äggskivor, råkost)	Husets bulle eller bärpaj rotsaksbitar	Rispirog ost grönsaksklyftor
Middag	Skinkrisotto sallad	Grönsakslasagnette sallad	Kycklingfrestelse sallad	Köttfärslimpa sås stekt potatis sallad	Kyckling- och majssoppa husets bröd	PÅ HUSETS VIS LÅDRÄTT	Ugnsfisk potatis sallad
Kvällsmål	Bröd tonfiskpålugg grönsaksskivor	Ugnsomelett bröd rotsaksbitar	Naturell ekologisk yoghurt med bärpuré mjukt bröd	Färsgröt bröd	Fruktsmoothie bröd grönsaksskivor	Småfranska ost grönsaksskivor	Gröt på husets vis bärpuré



Ge respons
om daghemsmaten


Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 12/5	MÅNDAG 22.3	TISDAG 23.3	ONSDAG 24.3	TORSDAG 25.3	FREDAG 26.3	LÖRDAG 27.3	SÖNDAG 28.3
Frukost	Ekologisk havregrynsgröt fruktpuré juice	Vetevälling av ekologiska flingor tunnbröd grönsaksklyftor	Ekologisk kornflingsgröt bärpuré fruktklyftor	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Mjukt bröd äggskivor fruktklyftor	Fil/yoghurt bröd rotsaksklyftor	Gröt fruktpuré
Lunch	Köttbullar M Ä och M S Ä brunsås L N S Ä potatis sallad	Kycklingsoppa M G N S Ä rågbröd grönsaksskivor Bärkvarv	Nudelwok med quorn M sallad	Lasagnette med regnbågslax L N S Ä småfranska sallad varma grönsaker	Knackkorvssås M Ä potatis sallad	Kycklingfärsbiffar sås gratinerad potatis sallad	Griskötts- och grönsaks-sås potatis/korn sallad
Vegetarisk rätt	Grönsaksbullar M G Ä VEG	Spenatsoppa L Ä ägg	Nudelwok med quorn M	Rotsaks- och linslasagnette L N S Ä	Sojacksonackkorvssås M G Ä VEG	Grönsaksbiffar	Rotsakslandets grönsaksgryta
Mellanmål	Fruktkräm mjukt bröd ost	Naturell ekologisk yoghurt bärpuré mjukt bröd	Risgrynsgröt bär	Kycklingpirog/ grönsakspaj fruktklyftor	Grönsaksbullar dippgrönsaker dipsås	Husets paj färsbit	Bröd kallskuret grönsaksskivor
Middag	Sej- och regnbågslax-sås rotsaks- och potatismos sallad	Bolognesesås mörk pasta eller potatis sallad	Kycklingrisotto sallad	Köttsoppa bröd grönsaksskivor	Fisksoppa rågbröd grönsaksskivor	Grönsakspurésoppa bröd ost	Kalkonfrestelse sallad
Kvällsmål	Småfranska ost frukt	Gröt med fruktpuré	Tunnbröd pålägg med örter rotsaksbitar	Morotsplättar med rårörda lingon, grynost	Fruktkvarv bröd	Gröt/Välling saftsoppa bröd	Bäryoghurt bröd rotsaksbitar



Ge respons
om daghemsmaten

Meny för veckorna 8–13 på daghem med skiftomsorg

Vecka 13/6	MÅNDAG 29.3	TISDAG 30.3	ONSDAG 31.3 Påskmältid	TORSDAG 1.4 Påskmältid	FREDAG 2.4 Långfredagen	LÖRDAG 3.4	SÖNDAG 4.4
Frukost	Ekologisk kornflingsgröt bärpuré rotsaksbitar	Havrevälling eller färskgröt av ekologiska flingor, mjukt bröd, grönsaksbitar	Mannagrynsgröt bärpuré	Småfranska ost kakao rotsaksbitar	Rågvälling av ekologiska flingor mjukt bröd grönsaksskivor	Gröt bårsoppa	Bröd kallskuret grönsaksskivor kakao
Lunch	Köttfärrsås M S Ä mörk pasta sallad	Kyckling- och potatis-låda L G N S Ä sallad	Påskmältid eller Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG gräddfilssås med relish L G N S Ä, potatismos L G Ä, sallad, bröd	Påskmältid eller Fisksoppa L G N S Ä  grönsaksskivor rågbröd Ekologisk frukt	Köttfärslimpa M G sås på husets vis stekt potatis sallad	Kalops potatis sallad	Kycklingbullar sås gratinerad potatis sallad
Vegetarisk rätt	Ärtkross-bolognese M G Ä VEG	Grönsaks- och bönrisotto M G Ä VEG	Grönsaksbullar L G Ä eller M G Ä VEG	Grönsakssoppa med linser M G Ä VEG	Grönsaksbiff M G Ä VEG sås	Rotsaksgryta med soja	Grönsaksbullar sås
Mellanmål	Fruktgröt fruktbitar	Skink- eller grönsakssnurror ELLER mjukt bröd, kallskuret rotsaksbitar	Bärsmoothie rågbröd skivade grönsaker/ grönsaksklyftor	Morotspannkaka eller pannkaka rårörda bär	Bärkräm mjukt bröd ost grönsaksskivor	På husets vis (2–3 produkter, t.ex. fullkornsflingor/småfranska, fylld smörgås, råkost)	Yoghurt eller fil bröd frukt
Middag	Vegetarisk pizza sallad	Regnbågsloxås potatis sallad	Köttmakaronilåda sallad	Grönsakspyttipanna ägg sallad	Kycklingsoppa tunnbröd	Grönsakslasagnette sallad	Knackkorvssoppa bröd på husets vis
Kvällsmål	Bärkvarg bröd	Bröd kallskuret grönsaksskivor	Rågbröd eller småfranska, vegetabiliskt margarin grönsaksskivor	Bärgröt bär	Fruktpaj rotsaksbitar	Bröd ost fruktlyftor	Gröt eller välling bröd saftsoppa