

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 8**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 22/2</b>	<b>Isterband, stuvad potatis, rödbetor, grönsaker</b>  <b>Jordgubbskräm</b>	<b>Kökets val, grönsaker</b>
<b>Tisdag 23/2</b>	<b>Kokt Hoki filé, ägg och persiljesås, potatis, grönsaker</b> <b>Chokladpudding, grädde</b>	<b>Omelett m sparrisstuvning, prinskorv, grönsaker</b>
<b>Onsdag 24/2</b>	<b>Kålpudding, sås, potatis, grönsaker, lingon</b>  <b>Mangosoppa</b>	<b>Fiskbullar, dillsås, småpotatis, grönsaker</b>
<b>Torsdag 25/2</b>	<b>Redd grönsakssoppa m frikadeller, mjukt bröd, ost</b> <b>Pannkaka, sylt</b>	<b>Pytt i panna, rödbetor, grönsaker</b>
<b>Fredag 26/2</b>	<b>Snitsel, svampsås, potatis, grönsaker</b>  <b>Svart vinbärskräm</b>	<b>Raggmunk, bacon, grönsaker, lingon</b>
<b>Lördag 27/2</b>	<b>Fiskgratäng Björkeby, persiljesås, potatis, grönsaker</b>  <b>Aprikoskräm, gräddmjölk</b>	<b>Lasagne (pastagrätäng m köttfärs), grönsaker</b>
<b>Söndag 28/2</b>	<b>Örtkryddad kotlettrad, sås, potatis, grönsaker</b>  <b>Päron i kolasås</b>	<b>Crêpes m räkstuvning, grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 9**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 1/3</b>	<b>Kycklinggryta m champinjoner, potatis, grönsaker Blåbärskräm</b>	<b>Kökets val, grönsaker</b>
<b>Tisdag 2/3</b>	<b>Köttfärssås, potatismos, grönsaker, ketchup  Äppelkräm</b>	<b>Varmt grönsaksfat m ostsås</b>
<b>Onsdag 3/3</b>	<b>Fiskgratäng Julienne (rotfrukter, grädde), sås, potatis, grönsaker  Jordgubbssoppa</b>	<b>Kalvsylta, stekt potatis, grönsaker, rödbetor</b>
<b>Torsdag 4/3</b>	<b>Nikkalauktasoppa (Vitkål, köttfärs), mjukt bröd, ost  Pannkaka m sylt</b>	<b>Bondomelett, grönsaker</b>
<b>Fredag 5/3</b>	<b>Pytt i panna, stekt ägg, grönsaker, rödbetor  Nyponsoppa, vaniljkesella</b>	<b>Shepherd´s pie (köttfärsröra m potatismos, grönsaker)</b>
<b>Lördag 6/3</b>	<b>Kokt torsk, senapssås, potatis, grönsaker  Glass</b>	<b>Broccolipaj, grönsaker</b>
<b>Söndag 7/3</b>	<b>Värmlandsstek, sås, potatis, grönsaker  Drottningfromage</b>	<b>Risgrynsgröt, saftsås</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 10**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 8/3</b>	<b>Stekt sill, potatismos, grönsaker, lingon Kons ananas</b>	<b>Champinjonsoppa, mörk brödbulle, grönsaker</b>
<b>Tisdag 9/3</b>	<b>Köttfärslåda sås, potatis, grönsaker, lingon  Hallonkräm</b>	<b>Broccoli- och skinkgratäng, grönsaker</b>
<b>Onsdag 10/3</b>	<b>Bruna bönor, stekt fläsk, potatis, sås, grönsaker  Apelsinsoppa</b>	<b>Ättiksströmming, ägg, grönsaker</b>
<b>Torsdag 11/3</b>	<b>Minestrone-soppa (italiensk grönsakssoppa m skinka), mjukt bröd, ost Brödpudding, sylt</b>	<b>Köttbullar, stekt potatis, rödbetssallad, grönsaker</b>
<b>Fredag 12/3</b>	<b>Stekt kycklingklubba, sås, potatis, grönsaker, gelé  Kons aprikoser, grädde</b>	<b>Skinksfrestelse, grönsaker</b>
<b>Lördag 13/3</b>	<b>Fiskgratäng m tomat, sås, potatis, grönsaker  Brylépudding</b>	<b>Önskerätt, grönsaker</b>
<b>Söndag 14/3</b>	<b>Svartvinbärsskinka (varm stek), sås, potatis, grönsaker, gelé  Pepparkaksglass</b>	<b>Risgrynsgröt, saftsås, grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 11**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 15/3</b>	<b>Korv Stroganoff</b> (tomat, grädde), <b>ris,</b> <b>potatis grönsaker</b>  <b>Saftsoppa m vinbär</b>	<b>Varmt grönsaksfat m skinksås</b>
<b>Tisdag 16/3</b>	<b>Ugnstekt fisk, filsås, potatis,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Katrinplommonkräm</b>	<b>Köttfärs lasagnette</b> (pastagrätäng m köttfärs), <b>grönsaker</b>
<b>Onsdag 17/3</b>	<b>Köttbullar, sås, potatis, grönsaker,</b> lingon <b>Aprikosris</b>	<b>Kalvsylta, stekt potatis, rödbetor,</b> <b>grönsaker</b>
<b>Torsdag 18/3</b>	<b>Köttfärssoppa, mjukt bröd, ost</b> <b>Pannkaka m sylt</b>	<b>Currymatjes, ägg, småpotatis,</b> <b>grönsaker</b>
<b>Fredag 19/3</b>	<b>Rimmad oxbringa, pepparrotssås,</b> <b>potatis grönsaker</b> <b>Jordgubbskräm</b>	<b>Omelett m räkstuvning, grönsaker</b>
<b>Lördag 20/3</b>	<b>Kräftsströmming, potatismos,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Fruktcocktail</b>	<b>Kökets val, grönsaker</b>
<b>Söndag 21/3</b>	<b>Kassler, ädelostsås, potatis,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Chokladmousse</b>	<b>Mannagrynsgröt, sylt, grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 12**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 22/3</b>	<b>Isterband, stuvad potatis, grönsaker, rödbetor Rabarberkräm</b>	<b>Gubbalåda (sill- och potatislåda), grönsaker</b>
<b>Tisdag 23/3</b>	<b>Chili con carne (köttfärs- och grönsaksgröta), ris, grönsaker Citrussocker m mandarin</b>	<b>Önskerätt, grönsaker</b>
<b>Onsdag 24/3</b>	<b>Kalops, potatis, grönsaker, rödbetor  Fruktsocker m skorpa</b>	<b>Sparrissoppa m skinka, grov bulle, grönsaker</b>
<b>Torsdag 25/3 Våffeldagen</b>	<b>Krämig fisksoppa, mjukt bröd, ost  Våffla m sylt, grädde</b>	<b>Bondomelett, grönsaker</b>
<b>Fredag 26/3</b>	<b>Kålpudding, sås, potatis, grönsaker, lingon  Drottningkräm</b>	<b>Blomkålsgratäng</b>
<b>Lördag 27/3</b>	<b>Inlagd sill, gräddfil, potatis, grönsaker  Äppelpaj m vaniljsås</b>	<b>Crêpes med fyllning, grönsaker</b>
<b>Söndag 28/3</b>	<b>Stekta revben, sås potatis, grönsaker, rödkål Persika m hallonsås</b>	<b>Risgrynsgröt, sylt, grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**



## Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök

### Vecka 13

Veckodag	DAGENS	KVÄLLSMAT
<b>Måndag</b> 29/3	<b>Korvgryta, potatis, grönsaker</b> <b>Saftsoppa m russin</b>	<b>Spenatstuvning, skinka grönsaker,</b>
<b>Tisdag</b> 30/3	<b>Pannbiff m lök, sås, potatis,</b> <b>grönsaker, lingon</b> <b>Jordgubbskräm</b>	<b>Grönsakspytt m ägghalva grönsaker</b>
<b>Onsdag</b> 31/4	<b>Stekt Skärgårdstorsk,</b> <b>remouladsås, potatis, grönsaker</b> <b>Fruktcocktail</b>	<b>Potatisbullar, lingon</b>
<b>Torsdag</b> 1/4	<b>Påsklunch</b>  <b>Påskbakelse</b>	<b>Kökets val, grönsaker</b>
<b>Fredag</b> 2/4 Långfredag	<b>Lammstek, potatisgratäng,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Hovdessert</b> (Maränger, grädde, chokladsås)	<b>Smörgåstårta</b>
<b>Lördag</b> 3/4 Påskafton	<b>Kokt lax, citronsås, potatis,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Mintpäron, grädde</b>	<b>Ostomelett, prinskorv grönsaker</b>
<b>Söndag</b> 4/4 Påskdagen	<b>Kassler, rödvinsås, potatis,</b> <b>grönsaker</b>  <b>Ananasmousse</b>	<b>Janssons frestelse, ägghalva,</b> <b>grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**



## Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök

### Vecka 14

Veckodag	DAGENS	KVÄLLSMAT
<b>Måndag</b> 5/4 Annandag påsk	<b>Kycklingfilé i örtsås, potatis, grönsaker</b>  <b>Bär med vaniljkesella</b>	<b>Sillbuffè (3 sorter), ägghalva, grönsaker</b>
<b>Tisdag</b> 6/4	<b>Grillad Hackebiff, sås, potatis, grönsaker, lingon</b>  <b>Aprikoskräm</b>	<b>Stuvad potatis, isterband, grönsaker</b>
<b>Onsdag</b> 7/4	<b>Fiskgratäng m ost &amp; broccoli, sås, potatis, grönsaker</b> <b>Blåbärspaj m vaniljsås</b>	<b>Fläskpannkaka, grönsaker, lingon</b>
<b>Torsdag</b> 8/4	<b>Spenatsoppa, ägg, mjukt bröd, ost</b>  <b>Pannkaka, sylt</b>	<b>Laxpytt m romsås grönsaker</b>
<b>Fredag</b> 9/4	<b>Korv Stroganoff, potatis, grönsaker</b>  <b>Körsbärssoppa</b>	<b>Risgrynsgröt, saftsås, grönsaker</b>
<b>Lördag</b> 10/4	<b>Strömmingslåda m äpple och dill, potatis, grönsaker</b> <b>Jordgubbskräm, gräddmjölk</b>	<b>Önskerätt, grönsaker</b>
<b>Söndag</b> 11/4	<b>Portergryta, potatis, gelé, grönsaker</b>  <b>Persika, grädde</b>	<b>Chokladmjölk, köttbullar, rödbetsallad</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**

**Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök****Vecka 15**

<b>Veckodag</b>	<b>DAGENS</b>	<b>KVÄLLSMAT</b>
<b>Måndag 12/4</b>	<b>Sprödbakad Alaskafilé, hollandaisesås, potatis, grönsaker Chokladpudding, gräddtopp</b>	<b>Blodkorv, grönsaker, lingon</b>
<b>Tisdag 13/4</b>	<b>Biff Lindström sås, potatis, grönsaker, lingon  Citronkräm</b>	<b>Äggstanning m morot och purjo, grönsaker</b>
<b>Onsdag 14/4</b>	<b>Köttkorv, rotmos, senap, grönsaker  Blåbärssoppa, skorpa</b>	<b>Ängamat, grov brödbulle, grönsaker</b>
<b>Torsdag 15/4</b>	<b>Indisk kycklingssoppa m ris, mjukt bröd, ost  Kesokaka m sylt</b>	<b>Makaronilåda, grönsaker</b>
<b>Fredag 16/4</b>	<b>Örtkryddad kotlettrad, sås, potatis, gurka Glass</b>	<b>Kökets val</b>
<b>Lördag 17/4</b>	<b>Kokt torsk, senapssås, potatis, grönsaker  Diplomatkräm</b>	<b>Kallskuret, potatissallad grönsaker</b>
<b>Söndag 18/4</b>	<b>Pepparrotskött (tärnat i sås), potatis, grönsaker  Hallonmousse</b>	<b>Risgrynsgröt, saftsås</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**



## Matsedel för äldreomsorgen, Lindgårdens kök

### Vecka 16

Veckodag	DAGENS	KVÄLLSMAT
<b>Måndag 19/4</b>	<b>Pytt i panna, stekt ägg, grönsaker, rödbetor Nyponsoppa m skorpa</b>	<b>Kökets val, grönsaker</b>
<b>Tisdag 20/4</b>	<b>Stekt sill, korintsås, potatis, grönsaker Aprikoskräm</b>	<b>Prinskorv, stekt potatis, grönsaker</b>
<b>Onsdag 21/4</b>	<b>Köttgryta Java (ananas, soja), potatis grönsaker Fruktcocktail</b>	<b>Rösti med bacon, lingon, grönsaker</b>
<b>Torsdag 22/4</b>	<b>Vitkålssoppa m rimmad fläskbog, mjukt bröd, ost Ostkaka m sylt</b>	<b>Jansons frestelse, ägg grönsaker</b>
<b>Fredag 23/4</b>	<b>Köttfärslåda, sås, potatis, grönsaker, lingon Äppelkräm</b>	<b>Omelett med stuvning, grönsaker</b>
<b>Lördag 24/4</b>	<b>Kräftströmming, potatismos, grönsaker Drottningfromage</b>	<b>Rotfruktslåda med skinka, grönsaker</b>
<b>Söndag 25/4</b>	<b>Äppelskinka (varm stek), sås, potatis, grönsaker, äppelmos Ananas m grädde</b>	<b>Pannkaksrulle m köttfärs, grönsaker</b>
<b>Varje dag</b>	I måltiden ingår: bröd, matfett, måltidsdryck	I måltiden ingår: bröd, matfett, pålägg, måltidsdryck

**Fetstil**= lev. från köket. Övrigt kompletteras av respektive mottagare!

**RESERVATION FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR**