

Måndag

Vegetarisk lasagne

Ekologisk pasta, tomatsås, ostsås & färska grönsaker

Mellis:

Nybakat bröd på ekologiskt spannmål, dagens pålägg, grönt & mjölk

Tisdag

Teriyaki kyckling

Ekologiskt basmatiris & salladsfat

Mellis:

Ekologisk mild yoghurt, rårörda bär & musli

Onsdag

Vegoköttbullar

Rostad potatis, svampsås & lingon

Mellis:

Mjukt bröd, pålägg, grönt & mjölk

Torsdag

Grönsakssoppa med linser

Mellis:

Pannkaka & hemgjord sylt

Fredag

Halstrad torskrygg

Bulgur, sesamröra, gurkyoghurt & kall grönsakssalsa

Mellis:

Ekologisk naturell yoghurt, rårörda bär & havrefras

Måndag

Vegetarisk bolognese

Ekologisk pasta, vegokött, tomat, rostad aubergin & parmesan

Mellis:

Nybakat bröd på ekologiskt spannmål, dagens pålägg, grönt & mjölk

Tisdag

Bifteki

Rostad potatis, vitlöksås, marinerad oliver & tomatragu

Mellis:

Ekologisk mild yoghurt, rårörda bär & musli

Onsdag

Vego pytt i panna

Potatis, rotfrukter, inlagda rödbetor & coleslaw

Mellis:

Mjukt bröd, pålägg, grönt & mjölk

Torsdag

Minestrone soppa

Mellis:

Pannkaka & hemgjord sylt

Fredag

Asiatisk laxsida

Jasminris, lime, soja & chili

Mellis:

Ekologisk naturell yoghurt, rårörda bär & havrefras

Måndag

Grönsaksgryta med vitabönor

Ekologisk bulgur, hummus & tzatziki

Mellis:

Nybakat bröd på ekologiskt spannmål, dagens pålägg, grönt & mjölk

Tisdag

Kyckling thai curry

Ekologiskt jasminris, färska grönsaker, ingefära & lime

Mellis:

Ekologisk mild yoghurt, rårörda bär & musli

Onsdag

Mozzarella gratinerad fylld paprika

Fylld med ratatouille. Serveras med bulgur & yoghurt-dipp

Mellis:

Mjukt bröd, pålägg, grönt & mjölk

Torsdag

Blomkålsoppa & hembakat bröd

Mellis:

Vegetarisk pizza och färsk frukt

Fredag

Hel lax i ugn

Rostad potatis, aioli & syrad vitkål

Mellis:

Ekologisk naturell yoghurt, rårörda bär & havrefras

Måndag

Pasta al norma

Rostad aubergin, tomat, olivolja, vitlök, parmesan & färsk basilika

Mellis:

Nybakat bröd på ekologiskt spannmål, dagens pålägg, grönt & mjölk

Tisdag

Mild chiligryta på kravkött

Ekoris, coleslaw & grönsallad

Mellis:

Ekologisk mild yoghurt, rårörda bär & musli

Onsdag

Morotsbiffar

Rostad ekopotatis & gurkyoghurt

Mellis:

Mjukt bröd, pålägg, grönt & mjölk

Torsdag

Pumpasoppa & nybakat bröd

Mellis:

Vegetarisk pizza och färsk frukt

Fredag

Gratinerad msc torsk

Krossad potatis, ärtor & citrus

Mellis:

Ekologisk naturell yoghurt, rårörda bär & havrefras