

Trobergshemmet matsedel - Mars

Namn: _____

Vecka 9

		G=glutenfri L= laktosfri	Antal <u>portioner</u>
Onsdag 1.3	Champinjonsstroganoff, ris, kålsallad	GL	_____
Torsdag 2.3	Lasagne, varma grönsaker	GL	_____
Fredag 3.3	Fiskfärsbiff, spenatstuvning, potatis, morot	GL	_____
Lördag 4.3	Kycklinglår, currysås, ris, blomkål	GL	_____
Söndag 5.3	Wallenbergare, gräddsås, mos, örter	GL	_____

Vecka 10

Måndag 6.3	Snålsoppa, bröd	GL	_____
Tisdag 7.3	Köttfärssås, potatis, rödbeta	GL	_____
Onsdag 8.3	Broilerbiff, kall sås, ris, broccoli	GL	_____
Torsdag 9.3	Fiskgryta, potatis, varma grönsaker	GL	_____
Fredag 10.3	Bryggargryta, sallad	GL	_____
Lördag 11.3	Fläskrullader, grönpepparsås, potatis, varma gröns.	GL	_____
Söndag 12.3	Rökt lax, dillstuvade potatis, örter	GL	_____

Vecka 11

Måndag 13.3	Korv sås, mos, saltgurka	GL	_____
Tisdag 14.3	Grönsakspasta, vv-sallad	GL	_____
Onsdag 15.3	Broilersoppa, bröd	GL	_____

Efterrätt ingår alla dagar!

VÄND 

Torsdag 16.3	Sjömansbiff, rödbeta	GL	_____
Fredag 17.3	Fisk Duglier, potatis, broccoli	GL	_____
Lördag 18.3	Hackad pepparbiff, rosépepparsås, klyftpot., morot	GL	_____
Söndag 19.3	Solviksgryta, potatis, sallad	GL	_____

Vecka 12

Måndag 20.3	Janssonsfröstelse, rödbetssallad	GL	_____
Tisdag 21.3	Marinerad fläskgryta, potatis, broccoli	GL	_____
Onsdag 22.3	Pannbiff, brunsås, mos, morots riv	GL	_____
Torsdag 23.3	Fransk kycklinggryta, ris, varma grönsaker	GL	_____
Fredag 24.3	Morot-batatsoppa, bröd	GL	_____
Lördag 25.3	Fisk a´la hummern, mos, örter	GL	_____
Söndag 26.3	Hh-kotletter, lök sky, potatis, sallad	GL	_____

Vecka 13

Måndag 27.3	Malet köttsoffa, bröd	GL	_____
Tisdag 28.3	Currykorv, potatis, varma grönsaker	GL	_____
Onsdag 29.3	Mald leverbiff, gräddsås, mos, lingon	GL	_____
Torsdag 30.3	Panerad fisk, potatis, kall sås, örter	GL	_____
Fredag 31.3	Baconfröstelse, blomkål-broccoli	GL	_____

Matbeställningen ska vara oss tillhanda senast kontakta köket på telefon **0457 5392244**.
Rena matförpackningar får returneras.

Vid frågor angående maten