

Förskolan vecka 34-35

V. 34
19/8-23/8

Mån Pasta med afrikansk kikärtssås

Tis **Wienerkorv med stekt potatis

Ons ***Djävulsfisk med bulgur (färsk sej med smak av ajvar, basilika och vitlök)

Tors Spenatsoppa med ägg och mjuk smörgås

Fred *Köttfärslimpa med sås, kokt potatis och lingonsylt

V 35
26/8-30/8

Mån Pasta *Carbonara

Tis **Kyckling- och pastasallad med rhode islandsås och mjukt bröd

Ons ****Fiskburgare med tillbehör

Tors *Gulaschsoppa med gräddfil och mjukt bröd

Fred Falafel med potatismos och vitlöksdressing



Måltidsservice i Härryda kommun är miljö-diplomerade. Det innebär att vi arbetar systematiskt med miljöfrågorna och har certifierat verksamheten enligt svensk miljöbas kriterier. På det sättet får vi ett totalgrepp om verksamheten i syfte att hela tiden minska vår miljöpåverkan.

Måltidsservice i Härryda kommun arbetar målmedvetet med att välja råvaror av god kvalitet. På vår matsedel här vill vi informera om livsmedlets ursprung och har därför lagt en not med info. Viss reservation för att det vid något tillfälle inte går att få tag i den planerade produkten.

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 36-37

V. 36
2/9-6/9

Mån *Blodpudding och potatisbullar med lingon

Tis Pasta med ost- och broccolisås

Ons Fiskbullar i dillsås med kokt potatis

Tors **Chicken Tikka Masala med ris

Fred *Köttfärssås med spaghetti

V. 37
9/9-13/9

Mån *Korv Stroganoff med pasta

Tis Lasagne på sojafärs

Ons ***Italiensk fisk med tomatsås och potatismos

Tors Collans tomatsoppa med rostad cocos och mjuk smörgås

Fred **Hönsfärsburgare med klyftpotatis, tomat- och basilikadressing och hemgjord ketchup

V 37 Temavecka tomat

Måndag: En klassisk korv stroganoff med mild tomatsmak

Tisdag: Som en vanlig lasagne fast utan kött, gjord på sojafärs

Onsdag: En härlig färsk sej med tomat på toppen!

Torsdag: Collans tomatsoppa med linser och smak av cocos

Fredag: En hamburgare gjord på hönsfärs med hemgjord ketchup

Varje dag hittar ni också tomater i olika varianter på salladsbordet

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 38-39

V. 38
16/9-20/9

Mån Egen matsedel

Tis *Köttbullar/pannbiff med sås, kokt potatis och lingonsylt

Ons Stekt fisk med örtagårdssås och kokt potatis

Tors Pasta med krämig tomatsås

Fred ****Krämig fisksoppa med mjukt bröd

V. 39
23/9-27/9

Mån Grönsaksbiffar med ugnspotatis och tzatziki

Tis *Dijongryta med kokt potatis

Ons Sillflundra med potatismos och lingonsylt

Tors **Kyckling i curry med matkorn

Fred *Gratinerad falukorv med pasta

Vad är klimatsmart?

Att äta efter säsong är smart. Passa på att frossa i alla härliga grönsaker, frukt och bär som vi nu har gott om.

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 40-41

V. 40
30/9-4/10

Mån *Blodpudding och potatisbullar
med lingonsylt

Tis Kökets gröna val

Ons Fisk med frasigt täcke,
örtagårdssås och kokt potatis

Tors Ost- och broccolisoppa med mjuk
smörgås

Fred *Köttfärssås och spaghetti

V 41
7/10-11/10

Mån Pasta med medelhavssås

Tis **Kycklingtacos

Ons Stekt fisk med örtsås och potatismos

Tors *Wo mein, färssoppa med grönsaker
och mjukt bröd

Fred Kökets val

Vad är klimatsmart?

Kasta inte mat i onödan. Matsvinn uppkommer i alla delar av mathantering och bidrar till stora mängder avfall och utsläpp av växthusgaser. Vi svenskar uppskattas slänga cirka 100 kg livsmedel per person och år (motsvarar cirka 200 kg koldioxidekvivalenter per person och år).

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 42-43

V. 42

14/10-18/10

Mån Linsbolognese med spaghetti

Tis *Köttbullar/pannbiff med sås,
lingonsylt och kokt potatis

Ons ****Fiskburgare med tillbehör

Tors **Kyckling i gräddsås med gélé
och kokt potatis

Fred *Korv Stroganoff med bulgur

V. 43

21/10-25/10

Mån **Italien**
Pasta med tomat- och basilikasås och
riven ost

Tis **Indien:**
Tandoorikyckling med ris och raita

Ons **England:**
Fish and chips med remouladsås

Tors **Frankrike:**
Fransk lantsoppa med bacon och
mjukt bröd

Fred **Danmark:**
Dansk sjömansbiff med smörgåsgurka

V 43 Temavecka världens mat

Måndag: Klart det blir pasta när det är Italiens dag

Tisdag: Ett nytt recept på en indisk kycklinggryta, Tandoorikyckling

Onsdag: En Brittisk klassiker, Fish and chips

Torsdag: En krämig god fransk soppa med smak av bacon och persilja

Fredag: Från våra grannar söder om oss har vi hämtat denna goda rätt!

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 44-45

V. 44
28/10-2/11
Mån Höstlov

Tis

Ons

Tors

Fred

V. 45
4/11-8/11
Mån *Blodpudding och potatisbullar med
 lingonsylt

Tis Solskenslasagne

Ons Fiskbullar i dillsås med kokt potatis

Tors **Kycklingsoppa med smak av
 orienten mjukt bröd

Fred *Köttfärspanna med pasta

Vad är klimatsmart?

Att äta mer vegetabilier är smart. Det är dessutom nyttigare för kroppen, sparar mark och vatten samtidigt som det minskar utsläppen av växthusgaser.

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 46-47

V. 46
11/11-15/11

Mån Pasta med ost- och broccolisås

Tis Kökets val

Ons ***Färsk fisk med smörsås och potatismos

Tors **Indisk kryddad kycklingfärs med mathavre

Fred *Höstgryta med kokt potatis och inlagda rödbetor

V. 47
18/11-22/11

Mån Pasta med *ost- och skinksås

Tis *Korv Stroganoff med bulgur

Ons ****Fiskburgare med tillbehör

Tors Spenatsoppa med ägg och mjuk smörgås

Fred *Kebabgryta med kokt potatis

Vad är klimatsmart?

Att dricka kranvatten är smart. Som kranvattendrickare bidrar du inte till onödiga förpackningar och varutransporter som släpper ut koldioxid.

*Svensk köttåvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 48-49

V. 48

25/11-29/11

Mån Egen matsedel

Tis *Köttbullar/pannbiff med sås,
lingonsylt och kokt potatis

Ons Sillflundra med potatismos och
lingonsylt

Tors *Cowboysoppa med mjukt
bröd

Fred Pasta med krämig tomatsås

V. 49

2/12-6/12

Mån *Köttfärssås med spaghetti

Tis *Falukorv à la prinsessan på
ärten med potatismos

Ons ***Kokt fisk med
ärtguacamole, skirat smör
och kokt potatis

Tors Ärt- och potatissoppa med
citronkräm och mjuk
smörgås

Fred Klyftpotatis med svensk
falafel och sweetchilisås

V 49 Temavecka ärter

Måndag: I köttfärssåsen har vi bytt ut en del av köttet mot gula ärter

Tisdag: För att göra tomatsåsen lite mer matig har vi mixat ner ärter i den

Onsdag: Till den färska fisken serveras en grön härlig ärtguacamole

Torsdag: Två varianter av ärtsoppa!

Fredag: Idag blir det svensk falafel gjord på gula ärter

Varje dag kommer ni också att se flera varianter av ärter på salladsbordet

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Förskolan vecka 50-51

V. 50
9/12-13/12

Mån *Blodpudding och potatisbullar
med lingonsylt

Tis Skinkstek med sås, gélé och kokt
potatis

Ons ***Djävulsfisk med kokt potatis
(färsk sej med smak av ajvar,
basilika och vitlök)

Tors Kökets gröna soppa med mjuk
smörgås

Fred Kökets val

V. 51
16/12-20/12

Mån Kökets val

Tis Julbord

Ons Kökets val

Tors Kökets val

Fred Kökets val

God Jul önskar Måltidsservice

Vad är klimatsmart?

Frilandsodlade grönsaker är klimatsmarta eftersom de kräver lite energi. Grövre grönsaker och rotfrukter ger också mycket fibrer, mineraler och vitaminer.

*Svensk köttråvara, ** Svensk fågel

*** Färsk fisk, **** Krokfångad fisk

Härreda kommun HT 2019

9