

Meny vecka 3, 10, 17, 24

Måndag

Raggmunkar och stekt fläsk

Vegetariskt: potatisbullar

Tillbehör: lingonsylt

Tisdag

Köttbullar och potatismos

Vegetariskt: grönsaksbullar

Tillbehör: lingonsylt

Onsdag

Pasta Alfredo med kyckling

Vegetariskt: pasta Alfredo

Torsdag

Fiskgratäng med chili och potatis

Vegetariskt: gratäng med quornfilé

Fredag

Chili con carne och ris

Vegetariskt: chili sin carne

Tillbehör: gräddfil

Meny vecka 4, 11, 18

Måndag

Palt med fläsk

Vegetariskt: palt

Tillbehör: lingonsylt

Tisdag

Ris och köttfärspanna

Vegetariskt: grönsakspanna

Tillbehör: vitlöksdressing, pitabröd

Onsdag

Ugnstekt falukorv och makaroner

Vegetariskt: prinjekorv

Tillbehör: ketchup, senap

Torsdag

Panerad kycklinginnerfilé och rostad potatis

Vegetariskt: biffar

Tillbehör: örtdressing

Fredag

Korvstroganoff och ris

Vegetariskt: morotstroganoff

Meny vecka 5, 12, 19

Måndag

Panerad fisk och kokt potatis

Vegetariskt: schnitzel

Tillbehör: kall dressing

Tisdag

Currykyckling med kokos och ris

Vegetariskt: kikärtsgröta med curry

Onsdag

Grillkorv och potatismos

Vegetariskt: grillkorv

Tillbehör: gurkmajonnäs, ketchup, senap, rostad lök

Torsdag

Tacos

Vegetariskt: bönsalsa

Tillbehör: nachos, tortilla, salsa, gräddfil, riven ost

Fredag

Pulled pork och rostad potatis

Vegetariskt: pulled oumph

Tillbehör: vitlöksdressing

Meny vecka 6, 13, 20

Måndag

Viltskav och kokt potatis

Vegetariskt: svampskav

Tillbehör: svartvinbärsgelé

Tisdag

Köttfärssås och spagetti

Vegetariskt: vegfärssås

Tillbehör: ketchup

Onsdag

Hamburgare med bröd

Vegetariskt: vegburgare

Tillbehör: hamburgerdressing, ketchup

Torsdag

Pasta och skinksås

Vegetariskt: pastasås med rotsaker

Tillbehör: ketchup

Fredag

Kycklingbiff och ris

Vegetariskt: grönsaksbiff

Tillbehör: currydressing

Meny vecka 7, 14, 21

Måndag

Korvgryta och bulgur

Vegetariskt: böngryta

Tisdag:

Kyckling i sötsursås och ris

Vegetariskt: quorn i sötsursås

Onsdag

Panerad fisk och kokt potatis

Vegetariskt: biffar

Tillbehör: remouladsås

Torsdag

Blodpudding och stekt bacon

Vegetariskt: potatisbullar

Tillbehör: lingonsylt

Fredag

Köttbullar, makaroner och gräddsås

Vegetariskt: ärtbullar

Tillbehör: ketchup

Meny vecka 8, 15, 22

Måndag

Pyttipanna

Vegetariskt: couscouspytt

Tillbehör: tärnade rödbetor

Tisdag

Kycklingsoppa

Vegetariskt: linssoppa

Tillbehör: mjukt bröd, ost

Onsdag

Plättar

Vegetariskt: plättar

Tillbehör: sylt

Torsdag

Pastagrätäng med köttfärs

Vegetariskt: pastagrätäng med soyafärs

Tillbehör: ketchup

Fredag

Kebabgryta och ris

Vegetariskt: oumphkebab

Tillbehör: tortilla, vitlöksdressing

Meny vecka 2, 9, 16, 23

Måndag

Pannbiff och kokt potatis

Vegetariskt: biffar

Tillbehör: lingonsylt

Tisdag

Pasta Carbonara

Vegetariskt: ratatouille

Onsdag

Nikkaluoktasoppa

Vegetariskt: grönsakssoppa

Tillbehör: mjukt bröd, ost

Torsdag

Chicken nuggets och ris

Vegetariskt: quorn nuggets

Tillbehör: sweet chili

Fredag

Kycklinggratäng med ostsås och ris

Vegetariskt: morotsgratäng