



## MENYN I MOBILEN

Appen "Skolmaten" går att hämta via AppStore, Android market eller OVI store

## ÄT LUNCH MED DITT BARN

Som anhörig är du välkommen att äta lunch på ditt barns skola. Klipp ut kupongen ur broschyren "Vad serveras i skolmatsalen", som delas ut i skolan. Glöm inte att föränmäla dig.

# Lunchmeny HT18

Fröafallsskolan • Linderås skola • Gripenbergs skola • Holavedsgymnasiet • Hubbarpsskolan  
Junkaremålsskolan • Norrskolan • Wigénsskolan • Sommens skola • Ängarydsskolan

Rätter i fetstil är lagade från grunden hos oss • Vi serverar bara MSC-märkt fisk och svensk kyckling

### Vecka 34

- M** Nötköttbullar, **potatismos**, lingonsylt  
Falafel, **potatismos** (V)
- T** Panerad fisk, **kall sås**, potatis  
**Vegetarisk gryta**, potatis (V)
- O** **Köttfärssås**, pasta  
**Qournfärssås**, pasta (V)
- T** **Broccolisoppa**, **baconströssel**, ostsmörgås  
**Broccolisoppa**, ostsmörgås
- F** Stekt kyckling, klyftpotatis, **grönpepparsås**  
Qournfilé, klyftpotatis, **grönpepparsås** (V)

### Vecka 35

- M** Oxpytt i panna, rödbetor  
Vegetarisk Pytt i panna, rödbetor (V)
- T** Panerad fisk, **potatismos m. dill**  
**Broccoligratäng m. linser** (V)
- O** Nötfärsbiff, **brunsås**, potatis, smörgåsgurka  
Vegetariska vårrullar (V)
- T** Kycklinginnerfile, **kall örtsås**, ris  
Grönsaksbiff, **kall örtsås**, ris (V)
- F** **Gulaschsoppa** (nötfärs), ostsmörgås  
**Vegetarisk gulaschsoppa**, ostsmörgås (V)

### Vecka 36

- M** **Korv Stroganoff**, ris  
**Stroganoff m. qournbitar & bönor**, ris (V)
- T** Stekt fisk, potatis, **persiljesås**  
Grönsaksbiff, potatis, **persiljesås** (V)
- O** **Varm pastasallad** (nötfärs), **yoghurtsås**  
**Veggie Chili**, yoghurtclick (V)
- T** **Kött & grönsakssoppa**, ostsmörgås  
**Grönsakslåda m. linser** (V)
- F** Kassler, potatisgratäng, skysås  
Potatisgratäng, **Quornfilé m. pizzatäcke** (V)

### Vecka 37

- M** Kyckling nuggets, **sötsur sås**, ris  
Vegetariska nuggets, **sötsur sås**, ris (V)
- T** Fiskpanetter, **kall äppelsås**, potatis  
Grönsaksbiff, **kall äppelsås**, potatis (V)
- O** Nötköttbullar, **potatismos**, lingonsylt  
Greenburgare, **potatismos**, lingonsylt (V)
- T** **Ärtsoppa m. fläsk**, ostsmörgås  
Pannkakor, keso, sylt (V)
- F** **Kinagryta**, (nötfärs), ris, soja  
**Kålpudding m. quorn** (V)

### Vecka 38

- M** Falukorv, makaroner, senap & ketchup  
**Broccoligratäng m. linser** (V)
- T** **Studiedag**
- O** Hamburgare, **potatismos**, **dressing**, ketchup  
Vegoburgare, **potatismos**, **dressing**, ketchup (V)
- T** **Minestrone**soppa, ostsmörgås  
**Tomatsoppa**, ostsmörgås (V)
- F** **Moussaka**, tzatziki  
**Vegetarisk Moussaka m. oliver**, tzatziki (V)

### Vecka 39

- M** **Kalops**, potatis, rödbetor  
**Vegetarisk gryta**, potatis (V)
- T** Stekt fisk, **solskensmos**  
Vegetarisk schnitzel, **solskensmos** (V)
- O** **Italiensk pastasås**, pasta (V)
- T** Pulled pork, tortillabröd, ris, **yoghurtsås**  
**Kaneldoftande quorn m. indiska smaker**, tortilla, matvete (V)
- F** **Jennys köttfärssoppa** (EKO), ostsmörgås  
Vegetarisk pytt i panna, rödbetor (V)

### Vecka 40

- M** **Köttfärssås** (EKO-färs), spagetti, ketchup  
**Qournfärssås**, pasta (V)
- T** Ugnstekt fisk, **citronsås**, ris  
Grönsaksbollar, **citronssås**, ris (V)
- O** Grillkorv, **potatismos**, senap, ketchup  
Falafel, **potatismos**, ketchup (V)
- T** **Sås Carbonara**, pasta, riven ost  
**Currypastasås m. svamp**, linser, pasta  
**Studiedag - Gymnasiet**
- F** **Klar kycklingsoppa**, ostsmörgås  
**Högsbosoppa**, ostsmörgås (V)

### Vecka 41

- M** Ugnsbakad falukorv, potatis, matvete  
**Vegetarisk gryta**, potatis, matvete (V)
- T** Köttbullar, pasta, ketchup  
**Rotfruktsgratäng**, falafel (V)
- O** **Fiskgratäng m. kräftsmak**, potatis  
**Blomkålsgratäng m. krispigt täcke** (V)
- T** **Potatis & purjolökssoppa**, ostsmörgås (V)
- F** **Tacogratäng**, yoghurt, **salsa**  
**Vegetarisk tacogratäng**, yoghurt, **salsa** (V)

### Vecka 42

- M** Blodpudding, baconfräs, keso  
Potatisbullar, keso, linser (V)
- T** Kycklingnuggets, ris, **sötsur sås**  
Vegetariska nuggets, **sötsur sås**, ris (V)
- O** Stekt fisk, potatis, **persiljesås**  
**Svampgryta m. bönor**, potatis (V)
- T** **Gulaschsoppa**, ostsmörgås  
**Vegetarisk gulaschsoppa**, ostsmörgås (V)
- F** Nötstek, klyftpotatis, svampsås  
Vegetarisk schnitzel, klyftpotatis, svampsås (V)

### Vecka 43

- M** Pytt i panna, rödbetor  
Vegetarisk pytt i panna, rödbetor (V)
- T** **Spansk salsafisk**, potatis  
Qournfilé, **salsasås**, potatis (V)
- O** **Sås Carbonara**, pasta, riven ost  
**Mamma Mias pastasås**, pasta, riven ost (V)
- T** Kycklingschnitzel, **potatismos**  
Vegetarisk schnitzel, **potatismos** (V)
- F** **Kött & grönsakssoppa**, ostsmörgås  
**Grönsaksgratäng m. tacosmak**, ostsmörgås (V)

### Vecka 44 • HÖSTLOV





## MENYN I MOBILEN

Appen "Skolmaten" går att hämta via AppStore, Android market eller OVI store

## ÄT LUNCH MED DITT BARN

Som anhörig är du välkommen att äta lunch på ditt barns skola. Klipp ut kupongen ur broschyren "Vad serveras i skolmatsalen", som delas ut i skolan. Glöm inte att föranmäla dig.

# Lunchmeny HT18

Fröafallsskolan • Linderås skola • Gripenbergs skola • Holavedsgymnasiet • Hubbarpsskolan  
Junkaremålsskolan • Norrskolan • Wigénsskolan • Sommens skola • Ängarydsskolan

Rätter i fetstil är lagade från grunden hos oss • Vi serverar bara MSC-märkt fisk och svensk kyckling

### Vecka 45

- M** Potatis & purjolökssoppa, skinksmörgås  
Pannkakor, keso, sylt (V)
- T** Fiskpanetter, **stuvad spenat**, potatis, citron  
Grönsaksbollar, **stuvad spenat**, potatis (V)
- O** Hamburgare, **potatismos**, **dressing**, ketchup  
Vegoburgare, **potatismos**, **dressing**, ketchup (V)
- T** **Pastasås m. lax**, pasta  
**Currypastasås m. svamp**, linser, pasta (V)
- F** Köttbullar, **potatismos**, ketchup  
Falafel, **potatismos**, ketchup (V)

### Vecka 46

- M** Chili con carne, ris  
**Vegetarisk Chili con carne**, ris (V)
- T** Ugnstekt fisk, potatis, **persiljesås**  
Grönsaksbollar, **persiljesås**, potatis (V)
- O** Italiensk pastasås, pasta (V)
- T** **Köttfärssoppa**, ostsmörgås  
**Tomatsoppa**, ostsmörgås (V)
- F** Kycklinginnerfile, **dragonsås**, potatis  
**Qourngröta m. ajvar**, potatis, matvete (V)

### Vecka 47

- M** Pannbiff, potatis, **brunsås**, lingonsylt  
Grönsaksbiff, **brunsås**, potatis (V)
- T** **Fiskgratäng á la Kärna**, potatis  
**Rotfruktsgratäng**, falafel (V)
- O** Ugnsgratinerad falukorv, **potatismos**  
Vegokorv, **potatismos**, ketchup, senap (V)
- T** **Brasiliansk köttgryta m. bacon**, ris, **bönsallad**  
**Solskenslasagne** (V)
- F** **Broccolisoppa**, skinksmörgås  
**Broccolisoppa**, ostsmörgås (V)

### Vecka 48

- M** Blodpudding, baconfräs, keso  
Potatisbullar, lingonsylt (V)
- T** **Köttfärssås** (EKO-färs), spagetti, ketchup  
**Qournfärssås**, spagetti, ketchup (V)
- O** Stekt fisk, **remouladsås**, potatis  
**Rotfruktsgratäng m. linser**, potatis (V)
- T** **Lasagnette Paprigano**  
**Vegetarisk Lasagnette Paprigano** (V)
- F** **Klar grönsakssoppa**, ostsmörgås (V)

### Vecka 49

- M** Varm korv, **potatismos**, senap, ketchup  
**Rotfruktsgratäng m. kikärter**, **potatismos** (V)
- T** Panerad fisk, **kall sås**, potatis  
Qournfilé, **kall sås**, potatis (V)
- O** **Kycklinggryta m. paprika & dijonsenap**, pasta  
**Kikärtsgröta**, pasta (V)  
**Studiedag - Grundskolan**
- T** **Jennys köttfärssoppa** (EKO), ostsmörgås  
**Linssoppa m. honung**, ostsmörgås (V)
- F** Pannbiff, lök, **brunsås**, potatis, amerikansk  
grönsaksblandning  
Vegetarisk biff, lök, **brunsås**, potatis (V)

### Vecka 50

- M** **Biffgryta m. chili**, ris/matvete  
**Solskenslasagne** (V)
- T** Kockens val: fiskrätt, potatis, sås  
Kockens val: vegorätt, potatis, sås (V)
- O** Kockens val: köttfärsrätt, pasta  
Kockens val: vegorätt, pasta (V)
- T** Kockens val: korvrätt, tillbehör  
Kockens val: vegorätt, tillbehör (V)
- F** Potatisgratäng, stek (svenskt kött)  
Vegetarisk schnitzel, potatisgratäng (V)

### Vecka 51

- M** **Köttfärssås** (EKO-färs), pasta  
**Qournfärssås**, pasta (V)
- T** Pytt i panna, rödbetor  
Vegetarisk pytt i panna, rödbetor (V)
- O** Jullunch
- T** **Risgrynsgröt**, skinksmörgås, frukt  
**Risgrynsgröt**, ostsmörgås, frukt (V)
- F** Jullov

