Älvsbyns kommuns förskolematsedel vt-17

Till alla luncher serveras mjölk, hårt bröd och salladsbuffé. Utbudet av sallader varierar mellan förskolorna. Vid soppa serveras även frukt!

\* Större delen av alla mejeriprodukter kommer från Norrmejerier (undantaget några specialprodukter). Under vecka 7/2017 lanseras ”Norrgott mellan” och då byter vi till det!
\* Den hela laxen köps från Nymans fiske. Övrig fisk är MSC-märkt.
\* Potatisen köps från Outinens.
\* Kycklingen är svensk.
\* Nötköttet till köttsoppa och grytor är svenskt alternativt lokalproducerat.
\* Palt, ugnspannkaka, potatismos, gratänger, grytor och soppor tillagas från grunden.
\* Olika varianter av köttfärsbiffar är ersatta av köttfärsrätter tillagade från grunden.
\* Köttbullarna är helt i nöt.
\* Vårt mål är att baka en del av matbrödet själva, utbudet kan därför variera.
\* Av klimatskäl har vi har minskat våra ris-serveringar till förmån för bulgur.
\* Alla våra kök är fria från nötter.

Tyck till om förskolmaten, maila asa.haggstrom@alvsbyn.se eller vänd dig till köket på just din förskola.

****

Vecka 2
Må 9/1 Pasta med skinksås
Ti 10/1 Ugnspannkaka med sylt, pålägg
On 11/1 Chili con carne och ris, mjukt bröd
To 12/1 Fiskgratäng med västerbottensost samt potatis
Fr 13/1 Bogfläskgryta med stekt potatis

Vecka 3
Må 16/1 Sjömanslåda med kyckling
Ti 17/1 Ärtsoppa med fläsk, mjukt bröd, ost och frukt, alternativ: annan soppa
On 18/1 Blodpudding med sylt, leverpastej
To 19/1 Laxfilé med kall örtsås, grönsaksbuketter och potatis
Fr 20/1 Spaghetti med köttfärssås

Vecka 4
Må 23/1 Vegetarisk lasagnett
Ti 24/1 Fisk Bordelaise (kökets panerade fisk) med kall sås och potatis
On 25/1 Tacobuffé med tortillabröd
To 26/1 Varmkorv och potatismos
Fr 27/1 Kycklingwok med cocosmjölk samt ris

Vecka 5
Må 30/1 Pytt i panna
Ti 31/1 Laxmedaljonger (innehåller även sej) med hollandaisesås, gröna ärtor och potatis
On 1/2 Het köttfärssoppa, mjukt bröd, ost och frukt
To 2/2 Palt med stekt fläsk
Fr 3/2 Pastagratäng med kyckling

Vecka 6
Må 6/2 Raggmunkar med sylt och keso
Ti 7/2 Köttbullar med sås och makaroner
On 8/2 Fiskpanetter med spenatsås och potatis
To 9/2 Potatis- och purjolökssoppa, mjukt bröd, pålägg (ost och skinka) och frukt
Fr 10/2 Viltskavsgryta och potatismos

Vecka 7
Må 13/2 Grönsaksbullar med mustig tomatsås och pasta
Ti 14/2 Kycklinggryta med aivar relish samt bulgur
On 15/2 Laxlåda
To 16/2 Leverbiffar med varma grönsaker, sås och potatis
Fr 17/2 Biff Stroganoff och ris

 

Vecka 8
Må 20/2 Pasta med skinksåsTi 21/2 Fiskgryta med lax och sej, aioli samt potatis
On 22/2 Kycklingprinskorv och potatismos
To 23/2 Köttsoppa med klimp, ost och frukt
Fr 24/2 Ugnsfärs med varma grönsaker, sås och potatis

Vecka 9
Må 27/2 Kycklingsoppa, mjukt bröd, ost och frukt
Fettisdag: Bruna bönor, fläsk och korv samt potatis
On 1/3 Fiskrätt och potatis
To 2/3 Ugnspannkaka med sylt, pålägg
Fr 3/3 Viltmästargratäng

Vecka 10
Må 6/3 Soppa, mjukt bröd, ost och frukt
Ti 7/3 Kalops och potatis
On 8/3 Fiskpudding
To 9/3 Köttfärsrätt med sås och potatis
Fr 10/3 Kökets överraskning

 

Vecka 11
Må 13/3 Kycklinggryta med curry samt ris
Ti 14/3 Potatisbullar med sylt, leverpastej
On 15/3 Laxfilé med kall örtsås, klyftade morötter och potatis
To 16/3 Pytt i panna
Fr 17/3 Spaghetti med köttfärssås

Vecka 12
Må 20/3 Vegetarisk schnitzel med sötsur sås och bulgur
Ti 21/3 Fiskgratäng med västerbottensost samt potatis
On 22/3 Nikkalouktasoppa, mjukt bröd, ost och frukt
To 23/3 Palt med stekt fläsk
Fr 24/3 Korv Stroganoff och ris

Vecka 13 **Temavecka ”världens mat!”**
Må 27/3 Grekland: Lammfärsbiffar med tzatziki och klyftpotatis
Ti 28/3 Thailand: Kyckling med nudlar och sweet chilisås
On 29/3 Mexiko: Köttfärsgryta med bönor och tortillabröd
To 30/3 Indien: Tandoorikryddad ugnsfisk med yoghurtsås och gult ris (det gula kommer från
 kryddan gurkmeja)
Fr 31/3 Ungern: Gulaschgryta och potatis

Vecka 14
Må 3/4 Rotfruktsmedaljonger med kall sås och bulgur
Ti 4/4 Skinkfrestelse
On 5/4 Pasta med krämig laxsås
To 6/4 Kycklingsoppa, mjukt bröd, ost och frukt
Fr 7/4 Fåraherdens paj

Vecka 15
Må 10/4 Fiskpanetter med spenatsås och potatis
Ti 11/4 Leverbiffar med varma grönsaker, sås och potatis
On 12/4 Chicken futura med tortillabröd
To 13/4 Varmkorv och potatismos
Fr 14/4 Röd dag

 

Vecka 16Må 17/4 Röd dag
Ti 18/4 Fisksoppa, mjukt bröd, ost och frukt
On 19/4 Blodpudding med sylt och keso, leverpastej
To 20/4 Mamma Mias pasta
Fr 21/4 Kycklingrätt och potatis

Vecka 17
Må 24/4 Pastagratäng med kebab
Ti 25/4 Köttbullar med varma grönsaker, sås och potatis
On 26/4 Laxlåda
To 27/4 Köttsoppa med klimp, ost och frukt
Fr 28/4 Chili sin carne och ris, mjukt bröd

Vecka 18
Må 1/5 Röd dag
Ti 2/5 Kycklinggryta med sweet chili samt bulgur
On 3/5 Ugnsfisk med tomat och bacon samt potatis
To 4/5 Raggmunkar med sylt och keso
Fr 5/5 Lasagnett

Vecka 19
Må 8/5 Cowboysoppa (med köttfärs), mjukt bröd, ost och frukt
Ti 9/5 Pasta med skinksås
On 10/5 Potatisbullar med sylt och keso, leverpastej
To 11/5 Kapkummel med tex mex-kryddning och cocosmjölk samt potatis
Fr 12/5 Viltskavsgryta och potatismos

Vecka 20 **Barnens ”önskevecka”**Må 15/5 Spaghetti med köttfärssås
Ti 16/5 Ugnspannkaka med sylt, pålägg
On 17/5 Korv Stroganoff och ris
To 18/5 Fiskpanetter med spenatsås och potatis
Fr 19/5 Köttbullar med sås och makaroner

Vecka 21
Må 22/5 Tacokryddad sjömansfärs
Ti 23/5 Kycklingrätt och potatis
On 24/5 Creme Bonjourgryta och pasta
To 25/5 Röd dag
Fr 26/5 Kökets fiskgryta och potatis

Vecka 22
Må 29/5 Rotfruktsmedaljonger med lök- och svampfräs samt kall yoghurtsås
Ti 30/5 Fiskgratäng med västerbottensost samt potatis
On 31/5 Kycklingsoppa, mjukt bröd, ost och frukt
To 1/6 Palt med stekt fläsk
Fr 2/6 Chili con carne och ris, mjukt bröd

Vecka 23
Må 5/6 Leverbiffar med varma grönsaker, sås och potatis
Ti 6/6 Röd dag
On 7/6 Laxfilé med citronsås, kokt broccoli och potatis
To 8/6 Pytt i panna
Fr 9/6 Morotsbiffar med ostsås och potatis

Vecka 24
Må 12/6 Pastapytt med kyckling
Ti 13/6 Köttsoppa med klimp, ost och frukt
On 14/6 Kökets panerade fisk, dillsås och potatis
To 15/6 Tacobuffé med tortillabröd
Fr 16/6 Varmkorv och potatismos

Glad sommar!

