

# MENY ÄLDREOMSORGEN

Vecka 4, 2019



## ■ Måndag 21 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Wienerfärs med sås, potatis och romanescoblandning.

*Alt 2:* Makaronigryta och råkost.

**MIDDAG** *Alt 1:* Omelett med champinjonsstuvning potatis och sommargrönsaker.

*Alt 2:* Palsternacksoppa och smörgås med köttpålägg.

## ■ Tisdag 22 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Lasagne och sallad.

*Alt 2:* Stekt strömming med lingongräddfil, potatis och ärtor.

**MIDDAG** *Alt 1:* Ugnspannkaka med sylt och råkost.

*Alt 2:* Potatisbullar med bacon lingonsylt och råkost.

## ■ Onsdag 23 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Kokt falukorv med pepparrotssås, potatis och am grönsaksblandning.

*Alt 2:* Stekt fläsk med paltbröd, sås, potatis och am grönsaksblandning.

**MIDDAG** *Alt 1:* Stekt fisk med dragonsås, potatis och broccoli.

*Alt 2:* Ratatouillegratäng och sallad.

## ■ torsdag 24 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Potatis-och purjolökssoppa.

*Alt 2:* Pannkaka.

**MIDDAG** *Alt 1:* Finsk fläskgryta, potatis/ris och ärtor majs paprika.

*Alt 2:* Sillpudding med skirat smör och råkost.

## ■ Fredag 25 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Fiskgratäng med dill senap, potatis och sommargrönsaker.

*Alt 2:* Kycklinggryta med lime, ris/potatis och sommargrönsaker.

**MIDDAG** *Alt 1:* Persiljejärpar med sås, potatis och blomkål.

*Alt 2:* Broccoligratäng med ost-skinka, och potatis.

## ■ Lördag 26 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Dalkullans frestelse(potatis skinka lök) och bukettgrönsaker.

*Alt 2:* Köttfärsås och pasta/potatis och bukettgrönsaker.

**MIDDAG** *Alt 1:* Laxfärsmedaljong med tusen års sås, potatis och morötter.

*Alt 2:* Falukorv med stuvad vitkål, potatis och sallad.

## ■ Söndag 27 januari

**LUNCH** *Alt 1:* Köttgryta med rotfrukter, potatis och ärtor.

*Alt 2:* Kokt skinka med tomatsås, potatis och ärtor.

**MIDDAG** *Alt 1:* Kycklingkassler med vitvinssås, klyftpotatis och grönsaksblandning.

*Alt 2:* Rotsakssoppa och smörgås med köttpålägg.

