

Vegetarisk matsedel för Kungälv's förskolor, skolor, högstadium och gymnasium vecka 2-12 2019

| Datum | Måndag | Tisdag | Onsdag | Torsdag | Fredag |
|---------------------|--|--|--|--|---|
| V. 2 7-11 jan | Rotfruktspytt | Falafel serveras med pasta | Tikka Masala med quorn serveras med ris | Potatisbullar med lingonsylt och frukt Förstärkt salladsbuffé | Auberginegratäng serveras med potatismos/kökets val |
| V. 3 14-18 jan | Curry- och kikärtsgryta serveras med ris | Biff caribbean serveras med vitlökssås och ugnspotatis | Krämig tomatsås serveras med pasta | Högsbosoppa med mjuk smörgås och pålägg | Majs- och sötpotatisbiff med citron- och basilikasås, potatis |
| V. 4 21-25 jan | Vegofärssås serveras med spagetti | Thaikryddad böngryta serveras med ris | Broccoligratäng med crème fraiche serveras med potatis/ris | Vegokorv serveras med pasta | Ugnspannkaka serveras med sylt Förskola: Ost- och Ajvargryta, potatis |
| V. 5 28-1 feb | Chili sin carne serveras med ris | Rotfruktspytt | Gästabusssoppa med mjuk smörgås och pålägg | Morotslasagnette | Pestosås serveras med pasta och broccoli |
| V. 6 4-8 feb | Africana med quorn serveras med ris | Greenburger med tomatsalsa och ugnspotatis | Vegofärssås serveras med spagetti | Spenatgratäng serveras med potatis | Risgrynsgröt med mjuk smörgås och pålägg/ Förskola: Exotisk pastagrätäng |
| V. 7 Sportlov | Se separat matsedel | Se separat matsedel | Se separat matsedel | Se separat matsedel | Se separat matsedel |
| V. 8 18-22 feb | Vego Stroganoff med ris | Biff caribbean med kebabsås och ugnspotatis | Cowboysoppa med mjuk smörgås och pålägg | Mexikansk pastagrätäng | Morotsbollar med dansk reumoladsås och potatis |
| V. 9 25-29 feb | Pastasås med gröna linser serveras med pasta | Vegobullar serveras med brunsås och potatis | Tikka Masala med quorn serveras med ris | Potatisbullar med lingonsylt, frukt Förstärkt salladsbuffé | Quornfärs- och potatisgratäng/kökets val |
| V. 10 4-8 mars | Studiedag/Stängt på förskola och skola | Högsbosoppa med mjuk smörgås och pålägg | Biff caribbean med Rhode islandsås och ugnspotatis | Vegofärslimpa serveras med brunsås och potatis | Vegetarisk Korma serveras med potatis/ris |
| V. 11 11-15 mars | Orientalisk quornryta med röd curry, pasta | Vårullar med currysås serveras med potatis/ris | Tex Mex med tillbehör serveras med ris | Rotfruktspytt | Green nuggets serveras med potatisgratäng |
| V. 12 18-22 mars | Vegokorv serveras med pasta | Himmelsk vegoröra serveras med ris | Oscarssoppa med mjuk smörgås och pålägg | Falafelburgare med kebabsås och ris/bulgur | Spenat- och ostlasagne |

Skollunchen innehåller ca 25-30 % av dagens totala energi- och näringsbehov och följer Livsmedelsverkets näringsrekommendationer. Dagligen serveras salladsbord med flera sorters grönsaker, hårt bröd, matfett, mjölk och vatten som måltidsdryck. Elever med födoämnesallergi/överkänslighet som kräver kostbehandling ska anmälas skriftligt och undertecknas av målsman. Anmälan lämnas till skolhälsovården och vid förfrågan tillsammans med intyg med kostordination från läkare eller dietist. Skolhälsovården meddelar köket vilket behov av specialkost eleven har. Informera alltid skolhälsovården omgående vid ändring av kostordination. Reservation för eventuella ändringar på matsedeln. Måltidsservice Telefon: 0303-23 80 00

