

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 30

2019-07-22 - 2019-07-28

Måndag 22/7

Lunch	Lunch 1	Köttfärslimpa serveras med gräddsås, potatis, grönsak och lingon
	Lunch 2	Couscoussallad med chorizo, salladsost, oliver serveras med sallad och dressing
	Dessert	Hallonkräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Krämig broccolisoppa, smörgås med pålägg

Tisdag 23/7

Lunch	Lunch 1	Köttgryta med ingefära, potatis och grönsak
	Lunch 2	Stekt korv med stuvade grönsaker, kokt potatis
	Dessert	Aprikoshalvor
Kvällsmat	Kvällsmat	Potatispizza med örtcrème serveras med mangosalsa, grönsak

Onsdag 24/7

Lunch	Lunch 1	Chili con carne, ris, grönsak
	Lunch 2	Morotsbiff med kall sås, bönsallad, stekt potatis
	Dessert	Äppelkräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Matjesill, gräddfil, ägg, kokt potatis, grönsak

Torsdag 25/7

Lunch	Lunch 1	Guldkant; Bohuslänsk fiskpudding serveras skirat smör och kokt potatis
	Dessert	Guldkant; Blåbärssoppa med vit chokladkräm och mandelbiskvier
Kvällsmat	Kvällsmat	Kökets meny

Fredag 26/7

Lunch	Lunch 1	Biff Stroganoff serveras med potatis och grönsaker
	Lunch 2	Kökets meny
	Dessert	Kökets bakelse
Kvällsmat	Kvällsmat	Paj med rökt lax och spenat, grönsak

Lördag 27/7

Lunch	Lunch 1	Stekt spätta serveras med remouladsås, potatis och ärter
	Lunch 2	Kycklingsallad med sallad, tomat och pasta serveras med dressing
	Dessert	Mandeltårta med passionfruktsgrädde, Timbal
Kvällsmat	Kvällsmat	Bakad potatis med skinkröra serveras med sallad

Söndag 28/7

Lunch	Lunch 1	Helstekt fläskytterfilé med ädelostsås, potatis, grönsak
	Lunch 2	Kycklingsallad med sallad, tomat och pasta serveras med dressing
	Dessert	Glass med varma hallon
Kvällsmat	Kvällsmat	Mannagrynspudding med saftsås, smörgås med gott pålägg

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 31

2019-07-29 - 2019-08-04

Måndag 29/7

Lunch	Lunch 1	Pasta med köttfärssås, grönsak
	Lunch 2	Fläskköttsgryta med plommon & rosmarin, potatis, grönsak
	Dessert	Björnbärskräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Palsternackssoppa med smör, bröd & ost

Tisdag 30/7

Lunch	Lunch 1	Mandelfisk med varm örtsås, potatis och grönsak
	Lunch 2	Stekt fläsk med stuvad vitkål, potatis och grönsak
	Dessert	Melon
Kvällsmat	Kvällsmat	Pastagrätäng med skinka, ananas och paprika, grönsak

Onsdag 31/7

Lunch	Lunch 1	Kycklingfilé i senaps & dragonsås serveras med råstekt potatis och grönsak
	Lunch 2	Grönsaksbiffar med örtsås, stekt potatis, grönsak
	Dessert	Rabarberkompott med vaniljkesella
Kvällsmat	Kvällsmat	Korv med bröd, goda tillbehör

Torsdag 1/8

Lunch	Lunch 1	Kallskuret med potatissallad och grönsak
	Lunch 2	Sommarsoppa m. spenat & falukorv, smörgås
	Dessert	Plommonkaka från Kvarnlyckan med grädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Ugnspannkaka serveras med stekt bacon, lingon och grönsak

Fredag 2/8

Lunch	Lunch 1	Bostonbiff serveras med gräddsås, kokt potatis och grönsak
	Lunch 2	Kökets meny
	Dessert	Äppelsoppa med skorpor
Kvällsmat	Kvällsmat	Aptitare/ Matjesillsmacka med potatis, ägg, gräddfil, sallad & tomat

Lördag 3/8

Lunch	Lunch 1	Torsk serveras med rödbetor, kapris, brynt smör och potatis
	Lunch 2	Bakad potatis med skinkröra serveras med sallad
	Dessert	Chokladkaka med zucchini
Kvällsmat	Kvällsmat	Varm smörgås med champinjonestuvning, sallad med dressing

Söndag 4/8

Lunch	Lunch 1	Helstekt fläskkarré, serveras med sås, potatis & morötter
	Lunch 2	Bakad potatis med skinkröra serveras med sallad
	Dessert	Glass
Kvällsmat	Kvällsmat	Risgrynsgröt serveras med smörgås och gott pålägg

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 32

2019-08-05 - 2019-08-11

Måndag 5/8

Lunch	Lunch 1	Kasslergratäng med ananas och chili, ris, grönsak
	Lunch 2	Fiskgryta, kokt potatis, smörgås
	Dessert	Blåbärssmoothie
Kvällsmat	Kvällsmat	Bondomelett, sallad med dressing

Tisdag 6/8

Lunch	Lunch 1	Stekt strömming, med potatismos, grönsak och lingonsylt
	Lunch 2	Kökets gryta, potatis, grönsak
	Dessert	Mangosoppa med hallon
Kvällsmat	Kvällsmat	Rökt skinka med legymsallad (grönsaksmajonnäs) och kokt potatis

Onsdag 7/8

Lunch	Lunch 1	Ostgratinerad falukorv med tomat & lök, potatismos, broccoli
	Lunch 2	Grönsaksbiffar med rostad majskräm och stekt potatis
	Dessert	Brylépudding med karamellsås
Kvällsmat	Kvällsmat	Tunna pannkakor med tillbehör

Torsdag 8/8

Lunch	Lunch 1	Kycklingfrikassé serveras med kokt potatis och grönsak
	Lunch 2	Minestrone-soppa, smörgås med gott pålägg
	Dessert	Smulpaj med blåbär, vaniljsås
Kvällsmat	Kvällsmat	Matjesill, gräddfil, ägg, kokt potatis, grönsak

Fredag 9/8

Lunch	Lunch 1	Kålpudding med gräddsås, kokt potatis, och grönsak, lingonsylt
	Lunch 2	Kökets meny
	Dessert	Glass
Kvällsmat	Kvällsmat	Omelettsnurra med skinka och förskost, serveras med sallad och dressing

Lördag 10/8

Lunch	Lunch 1	Fiskgratäng med pepparrot, potatis, grönsak
	Lunch 2	Skinkfrestelse serveras med grönsak
	Dessert	Morotskaka
Kvällsmat	Kvällsmat	Patentsmörgås (falukorv och stekt ägg) serveras med en kall lättöl

Söndag 11/8

Lunch	Lunch 1	Sprödbakat kalkonbröst, rödvinssås, potatisgratäng, brysselkål
	Lunch 2	Skinkfrestelse serveras med grönsak
	Dessert	Ingefärspäron med lättvispad grädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Färsbiff med kall sås, hamburgerbröd, sallad & tomat

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 33

2019-08-12 - 2019-08-18

Måndag 12/8

Lunch	Lunch 1	Köttbullar serveras med gräddsås, kokt potatis, lingon och grönsaker
	Lunch 2	Krämig grönsakslasagne (tomat, morot, färskost) och grönsak
	Dessert	Hallonkräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Tomatsoppa med pasta, (rökt skinka och grädde), ostsmörgås

Tisdag 13/8

Lunch	Lunch 1	Kräftströmming serveras med potatismos och grönsak
	Lunch 2	Fläskköttsgryta med smak av creme fraiche & äpple, potatis, grönsak
	Dessert	Konserverad Persika
Kvällsmat	Kvällsmat	Nasi Goreng (rispytt med curry och räkor) serveras med kallsås och grönsaker

Onsdag 14/8

Lunch	Lunch 1	Isterband med stuvad potatis, rödbetor och grönsak
	Lunch 2	Chili con carne, ris, ärter majs & paprika
	Dessert	Blåbärskräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Kökets meny

Torsdag 15/8

Lunch	Lunch 1	Fisk med sprött täcke med kall sås med kryddgrönt, potatis och grönsak
	Lunch 2	Kött och grönsakssoppa, smörgås
	Dessert	Kesokaka med sylt och grädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Stekt falukorv, stekt ägg, sallad & tomat, smör & bröd (avd best bröd)

Fredag 16/8

Lunch	Lunch 1	Stekt kyckling med gräddsås, potatis, pressgurka, grönsak
	Lunch 2	Matjesill, gräddfil, ägg, kokt potatis, grönsak
	Dessert	Rabarbersoppa
Kvällsmat	Kvällsmat	Köttfärsröra med pitabröd, yoghurt och sallad

Lördag 17/8

Lunch	Lunch 1	Schnitzel med sås serveras med potatis och ärter
	Lunch 2	Krämig pastasallad med kyckling, saltorkade tomater, oliver & basilik, grönsak
	Dessert	Fruktsallad med lättvispad grädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Varm smörgås med skinka, ananas och ost, grönsak

Söndag 18/8

Lunch	Lunch 1	Svartvinbärsskinka, gräddsås, potatis, grönsak
	Lunch 2	Krämig pastasallad med kyckling, saltorkade tomater, oliver & basilik, grönsak
	Dessert	Citrusfromage
Kvällsmat	Kvällsmat	Ost & broccolipaj, sallad med dressing

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 34

2019-08-19 - 2019-08-25

Måndag 19/8

Lunch	Lunch 1	Biff Lindström serveras med gräddsås, potatis och grönsaker
	Lunch 2	Fylld frukostkorv med potatismos och grönsak
	Dessert	Rabarber- och jordgubbskräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Spenatsoppa med ägghalva, smörgås med ost

Tisdag 20/8

Lunch	Lunch 1	Fransk fiskgratäng, potatismos, grönsak
	Lunch 2	Pasta med kökets pastasås, grönsak
	Dessert	Aprikoshalvor
Kvällsmat	Kvällsmat	Köttbullar och rödbetssallad, smör & bröd

Onsdag 21/8

Lunch	Lunch 1	Burgundisk gryta, kokt potatis, grönsak
	Lunch 2	Italiensk kycklingsoppa, smörgås
	Dessert	Äppelpaj med vaniljsås
Kvällsmat	Kvällsmat	Stekt korv med solskensmos, grönsak

Torsdag 22/8

Lunch	Lunch 1	Guldkant/ Skaldjursfest
	Dessert	Päronkaka med kardemummagrädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Färsbiff med kall sås, hamburgerbröd, sallad & tomat

Fredag 23/8

Lunch	Lunch 1	Matjesill, gräddfil, ägg, kokt potatis, grönsak
	Lunch 2	Kökets meny
	Dessert	Körsbärssoppa med kesogrädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Crepes med spenat & skinka, grönsak

Lördag 24/8

Lunch	Lunch 1	Kassler, potatisgratäng, rödvinssås, gröna bönor
	Lunch 2	Italienska pastagrätäng med saltorkade tomater, vitlök och basilika
	Dessert	Sötsyrlig Citronkladdkaka serveras med vispgrädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Skaldjursröra med ägg, smör & bröd, sallad och tomat

Söndag 25/8

Lunch	Lunch 1	Kökets söndagsstek med goda tillbehör
	Lunch 2	Italienska pastagrätång med saltorkade tomater, vitlök och basilika
	Dessert	Panna cotta med bärsås
Kvällsmat	Kvällsmat	Risgrynspudding, bärsås, smörgås med gott pålägg

Äldrematens Grundmatsedel



Vecka 35

2019-08-26 - 2019-09-01

Måndag 26/8

Lunch	Lunch 1	Korv med sommartycke (dill, pepparrot, senap) serveras m potatismos och grönsak
	Lunch 2	Gryta med bladspenat, creme fraiche och kikärtor serveras med kokt ris
	Dessert	Krusbärskräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Blomkålsgratäng med ost & skinksås, grönsak

Tisdag 27/8

Lunch	Lunch 1	Skepparströmming, potatismos, grönsak
	Lunch 2	Köttgrytan serveras med kokt potatis och grönsaker
	Dessert	Melon
Kvällsmat	Kvällsmat	Lufsa/ Ugnspannkaka med potatis och fläsk, grönsak och smörgås

Onsdag 28/8

Lunch	Lunch 1	Kycklingfrikassé serveras med kokt potatis och grönsak
	Lunch 2	Stekt korv med stuvad vitkål, potatis och grönsak
	Dessert	Björnbärskräm
Kvällsmat	Kvällsmat	Janssons frestelse, kokt ägg, grönsak, smörgås

Torsdag 29/8

Lunch	Lunch 1	Köttfärslimpa, gräddsås, potatis, ärter & morötter, lingon
	Lunch 2	Rotfruktsoppa med rymmat kött (Elinebergs) smörgås
	Dessert	Mjuk kaka med persikor och pärlsocker
Kvällsmat	Kvällsmat	Omelett med sparrisstuvning och kallskuret och grönsak

Fredag 30/8

Lunch	Lunch 1	Kalops med kokt potatis, rödbetor och grönsak
	Lunch 2	Kökets meny
	Dessert	Kokos- och mangosmoothie med mynta
Kvällsmat	Kvällsmat	Pytt i panna och stekt ägg serveras med rödbetor och grönsak

Lördag 31/8

Lunch	Lunch 1	Laxpudding med skirat smör och gröna ärter
	Lunch 2	Kycklingsallad med sallad, tomat och pasta serveras med dressing
	Dessert	Toscapäron med vispgrädde
Kvällsmat	Kvällsmat	Köttfärspaj med sweet chili och crème fraiche serveras med grönsaker

Söndag 1/9

Lunch	Lunch 1	Bakad fläksida, skysås, potatis, glacerad brysselkål och morot
	Lunch 2	Kycklingsallad med sallad, tomat och pasta serveras med dressing
	Dessert	Fromage med bär
Kvällsmat	Kvällsmat	Kalkon- och äppelröra serveras med tunnbröd och grönsak