















# HÖSTTERMINEN 2018

vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
V34	Gulaschgryta & nybakt bröd och smör. * Potatis & purjolökssoppa med nybakt bröd	Helstekt fläskkarré m rostad potatis & BBQ. * Tandoorikryddade oumph, lök, paprika serveras rostad potatis.	Fiskburgare med rostad potatis och dillmajo. * Grönsaksbiff m aioli och rostad potatis.	Thaigryta m kyckling, grönsaker & ris. * Thaigryta m oumph, grönsaker samt ris.	Moussaka med goda tillbehör. * Majs & sojafärsgratäng
V35	Köttbullar med kokt potatis och gräddsås. * Falafel med tzatziki och kokt potatis.	Ugnstek falukorv med mos. * Pastagrätäng med sojafärsås.	Nötfärspytt med rödbetor. * Rotsakspytt med currykryddad sojafärs.	Pannerad torsk med chilimajo & grönsaksris. * Potatisbullar med linssallad och sojagurtziki.	Pulled pork med rostad potatis och BBQ-sås. * Stekt ris med grönsaker och sojafärs.
V36	Köttfärslåda med gräddsås serveras med kokt potatis och lingon. * Kikärt och tomatgryta med Tabbouleh.	Lunchkorv med pasta. * Stekt sojakorv med pasta.		Pasta Carbonara. * Pasta oumph Carbonara.	Nötfärsbiff med rostad potatis och paprikacremé. * Linsburgare med rostad potatis och paprikacremé.
V37	Friccadeller i tomat och basilikasås serveras med ris. * Samosas med korianderdipp och ris.	Kyckling med rostad potatis serveras med tzatziki. * Moussaka aubergine & sojziki.	Köttsoppa med nybakt bröd. * Potatis- och purjolökssoppa med nybakt bröd.	Havets Wallenbergare med dillmajo och potatisstomp. * Rödbetsbiff med rostad potatis och sky.	Chicken Tikka masala med basmatiris. * Beanmasala med basmatiris.
V38	Mexikansk korvsoppa m grönsaker & bröd. * Mexikansk bönsoppa m grönsaker & bröd.	Pasta Afrikana (kyckling curry) * Pasta med sojafärsås.	Kalkonköttbullar med gräddsås, lingon och potatisstomp. * Pulled oumph BBQ med ugnstek potatis.	Pocherad fiskfilé med dillsås och kokt potatis. * Provensalsk grönsakslåda m rostad eller kokt potatis.	
V39	Kassler med pepparsås & stekt potatis. * Kikärtsgryta med tomat & bulgursallad.	Lunchkorv med potatisgratäng. * Sojakorv med potatisgratäng.	Fiskpudding m pepparrot & dillkokt potatis. * Stekta grönsaker med soja och tofu.	Pasta Bolognese. * Pasta med linser och grönsaker.	
V40	Indisk kycklingsoppa med bröd. * Mixad potatis- och purjolökssoppa med bröd.	Korv Stroganoff med ris. * Oumph Stroganoff med ris.		Stekt fiskfilé med remouladsås och kokt potatis. * Grönsaker i currysås serveras med ris.	Kyckling med bambuskott, paprika, lök samt ris. * Oumph Teri Yaki serveras med ris.
V41	Köttfärslimpa med timjängräddsås och kokt potatis. * Majs- och sojafärsgratäng med ris.			Chili Con Carne med ris. * Chili Sin Carne med ris.	Pasta med kyckling och marinerade grönsaker. * Pasta med grönsaker och tofu.
V42	<b>VEGETARISK DAG</b> * Tacobuffe med goda tillbehör. (sojafärs)	Gratinerad kassler med annanas och rostad potatis. * Indisk Dahl med cous cous.	Grekisk biff med tzatziki och rostad potatis. * Rödbetsburgare med ris och sojziki.	Fisksoppa & pannkakor. * Potatis & blomkålssoppa samt pannkakor.	Lasagne al Forno * Tomat & sojafärs lasagne.
V43	Chicken Thai med grönsaker & ris. * Thaigryta med oumph samt ris.	Falukorv med Bostonmajo & makaroner. * Pastagrätäng med sojafärsås.	Nötfärspytt med rödbetor. * Rotsakspytt med bönor och rödbetor.	Stekt fiskfilé med citronmajo & kokt potatis. * Potatisbullar med grön ärtpesto & keso.	Pulled pork med goda tillbehör. * Nasigoreng med currysma.
V44	<b>HÖSTLOV</b>	<b>HÖSTLOV</b>	<b>HÖSTLOV</b>	<b>HÖSTLOV</b>	<b>HÖSTLOV</b>
V45	Krämig kycklinggryta curry med ris. * Samosas med korianderdipp och ris.			Stekt seifile med currymajo och ris. * Oumphbites i sötsås serveras m ris.	Pasta Carbonara. * Pasta oumph Carbonara.
V46	Pannbiff med pepparsås & stekt potatis. * Kikärtsgryta med tomat & bulgursallad.	Lunchkorv med makaroner. * Sojakorv med makaroner.	Fiskpudding med pepparrot. * Stekta grönsaker med soja och tofu.	Pasta Bolognese. * Pasta med linser och grönsaker.	Kyckling med rostad potatis och vitlöksyoghurt. * Falafel med rostad potatis och vitlöksyoghurt.
V47	Jambalayagryta med grönsaksris. * Chilensk gryta på blandade bönor serveras med grönsaksris.	Pasta med köttfärsås. * Pasta med tomat-quornfärsås	Fiskgryta med aioli och kokt potatis. * Linsfylld paprika med aioli och cous cous.	Kokt fiskfilé med vitvinsås och kokt potatis. * Provensalsk grönsakslåda med stomp.	
V48	Köttsoppa med pannkakor. * Spenatsoppa med pannkakor.	Korvstroganoff m tomat, lök och grädde serveras med ris. * Oumphstroganoff med kokosmjölk och ris.		Stekt fiskfilé med remoulad och dillkokt potatis. * Bönbiff med homus och qinouasallad	<b>VEGETARISK DAG</b> * Tacobuffe med goda tillbehör. (sojafärs)
V49	Korv med makaroner. * Sojakorv med makaroner.	Chili Con Carne med ris. * Chili Sin Carne med ris.	Stekt seifilé med remoulad och kokt potatis. * Persisk Selligryta med dillris.	Helstekt fläskytterfilé med rotad potatis och rosepepparsås. * Gratinerad grönsakslåda med cous cous.	
V50	Köttbullar med löksås, lingon & potatis. * Falafel med ris och gurkrait.		Fiskburgare med gräslökssås och stomp. * Vårullar med krispig sallad och ris.	<b>VEGETARISK DAG</b> * Potatis och grönsakssoppa med pannkakor.	Lasagne på nötfärs. * Rotsakslasagne med sojafärs.
V51	<b>KÖKETS VAL</b>	<b>KÖKETS VAL</b>	<b>KÖKETS VAL</b>	<b>KÖKETS VAL</b>	<b>KÖKETS VAL</b>

...Med reservation för ändringar...