

Vecka 38  
2019

## Vasagymnasiets matsedel

Måndag  
16/9*Stängningsdag*Tisdag  
17/9

Smakrik fiskgratäng med potatis



Ost- och broccolipaj

Onsdag  
18/9

Greennuggets med vitlöksdipp, ugnstekt potatis och rotfrukter



Kökets pastagrätäng

Torsdag  
19/9

Pastasalladsbuffé







Fredag  
20/9

Chili con carne med bulgur

Kikärtsbiff med ingefära, tomatdipp och matvete



Vecka 39  
2019**Vasagymnasiets matsedel**

|                        |   |   |
|------------------------|---|---|
| <b>Måndag</b><br>23/9  | <b>Färssås med pasta</b>                                  |    |
|                        | <b>Kökets eget val</b>                                    |   |
| <b>Tisdag</b><br>24/9  | <b>Asiatisk kycklinggryta med äggnudlar</b>               |   |
|                        | <b>Bakade potatishalvor med krämig tomat- och lökröra</b> |    |
| <b>Onsdag</b><br>25/9  | <b>Ajvargraterad korv med potatismos</b>                  |   |
|                        | <b>Gratinerad tortilla med bönchili</b>                   |  |
| <b>Torsdag</b><br>26/9 | <b>Kycklingfärs i ugn med gräddsås och potatis</b>        |   |
|                        | <b>Morotsbullar med örtaïoli och kvarngryn</b>            |  |
| <b>Fredag</b><br>27/9  | <b>Ångad fisk med ägg- och persiljesås, potatis</b>       |  |
|                        | <b>Nudelwok med quorn och gräddfärs sweet chili</b>       |  |


Vecka 40  
2019

## Vasagymnasiets matsedel






|  |  |   |
|--|--|---|
| Måndag<br>30/9                                       | Potatis- och kycklinggratäng                         |   |
|  | Chili sin carne med bulgur                           |    |
| Tisdag<br>1/10<br><i>Vegetariska<br/>världsdagen</i> | "Pitabuffé"<br>Pitabröd med olika fyllningar         |    |
|  |  |   |
| Onsdag<br>2/10                                       | Ugnsbakad fisk med kall dill- och citronsås, potatis |   |
|  | Tacopaj  |  |
| Torsdag<br>3/10                                      | Kycklinggryta med paprika och bulgur                 |   |
|  | Ost- och rotfruktsås med pasta                       |  |
| Fredag<br>4/10                                       | Lasagne  |   |
|  | Kökets eget val                                      |   |

Vecka 41  
2019

## Vasagymnasiets matsedel

|                  |   |   |
|------------------|---|---|
| Måndag<br>7/10   | Köttfärs Bolognese med pasta  |   |
|                  | Kikärtsgryta med spenat och citron, bulgur                          |    |
| Tisdag<br>8/10   | Klimatsmart gulaschsoppa med crème fraiche, mjukt bröd med hummus   |    |
|                  | Kökets soppa med mjukt bröd och färskost                            |    |
| Onsdag<br>9/10   | Fiskgratäng med tomat och ost, potatis                              |   |
|                  | Färslimpa med gräddsås, rostad potatis och rotfrukter               |  |
| Torsdag<br>10/10 | Grillad kycklinglårfile med kall bearnaisesås och ugnstekta potatis |   |
|                  | Morotsbiff med ratatouille och skånska gryn                         |  |
| Fredag<br>11/10  | Korv Stroganoff med bulgur  |   |
|                  | Kökets eget val   |   |

Vecka 42  
2019**Vasagymnasiets matsedel**

|                                |   |   |
|--------------------------------|---|---|
| <b>Måndag</b><br><b>14/10</b>  | <b>Kyckling i currysås med bulgur</b>                 |   |
|                                | <b>Krämig ratatouille med pasta</b>                   |    |
| <b>Tisdag</b><br><b>15/10</b>  | <b>Färsbiff med gräddsås och potatis</b>              |   |
|                                | <b>Vetekornspilaff med limeyoghurt</b>                |    |
| <b>Onsdag</b><br><b>16/10</b>  | <b>Wrapsbuffé</b>                                     |  |
|                                |   |   |
| <b>Torsdag</b><br><b>17/10</b> | <b>Ugnsbakad fiskfilé med remouladsås och potatis</b> |   |
|                                | <b>Broccolibiff med mustig tomatsås och kvarngryn</b> |  |
| <b>Fredag</b><br><b>18/10</b>  | <b>Lasagne Napolitana</b>                             |   |
|                                | <b>Falafel med kall sås och bulgur</b>                |  |

Vecka 43  
2019

## Vasagymnasiets matsedel

|                                     |  |   |
|-------------------------------------|--|---|
| Måndag<br>21/10                     | Gratinerad korv med ost och tomat, potatismos                        |   |
|                                     | Paj med palsternacka och broccoli                                    |    |
| Tisdag<br>22/10                     | Kycklingsås med örter och pasta                                      |   |
|                                     | Kikärts- och couscoubiff med aioli och varm matvetesallad            |    |
| Onsdag<br>23/10                     | Sloppy Joe med bröd, blue cheese dressing och klyftpotatis           |   |
|                                     | Greenburgare med bröd, blue cheese dressing och klyftpotatis         |  |
| Torsdag<br>24/10<br><i>FN-dagen</i> | "Jorden runt på en tallrik"<br>3 rätter från 3 olika hörn av världen |  |
|                                     |  |   |
| Fredag<br>25/10                     | Ångad hokifilé med dillsås och potatis                               |   |
|                                     | Gratinerad tortilla med linser                                       |  |