






Vecka 13
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken
Earth hour-vecka**

Måndag 25/3	Chili con carne med bulgur	
	Bondomelett	
Tisdag 26/3	Ost- och rökt hönssås med pasta	
	Rödbetsbiff med äpple- och pepparrotskräm, korngryn	
Onsdag 27/3	Wrapsbuffé <i>Förskolan: Potatis- och kycklinggratäng</i>	
Torsdag 28/3	Greennuggets med vitlöksdipp och ugnstekt potatis	
	Tacolåda	
Fredag 29/3	Fiskgratäng med apelsin och chili, potatis	
	Ost- och broccolipaj	

Vecka 14
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**Måndag
1/4

Tomat- och ostgratinerad korv med potatismos

Morotsbollar med örtsås och korngryn

Tisdag
2/4

Kebabröra med bulgur, tortilla, vitlökssås och röd sås

Paj med palsternacka och broccoli

Onsdag
3/4

Lasagne Napolitana

Quorn gryta med persika och bulgur

Torsdag
4/4

Ugnsbakad fiskfilé med remouladsås och potatis

Gratinerad tortilla med linser och gräddfilsalsa





Fredag
5/4

Kycklingfärs i ugn med pepparsås och potatis

Kikärts- och couscousbiff med broccoligratäng och bulgur



Vecka 15
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**

Måndag 8/4	Kycklinggryta med paprika och bulgur	
	Samosas med mango chutneydressing och ris	
Tisdag 9/4	Asiatisk sås med sojastrimlor och pasta	
	Krämig ratatouille med pasta	
Onsdag 10/4	Gulaschsoppa med crème fraiche och mjuk ostsmörgås	
	Pastagrätäng med tomat	
Torsdag 11/4 <i>Påsklunch</i>	Grillad kycklingfilé, grönpepparsås och ugnstekt potatis med örter	
	Fruktsallad med vispgrädde	
	Marinerad Quornfilé, grönpepparsås och ugnstekt potatis med örter	
Fredag 12/4	Fisk i cocosc Curry med gult ris	
	Kökets eget val	

Vecka 16
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**
Påsklov**Måndag**
15/4**Kycklingsås med örter och pasta****Tisdag**
16/4**Korv Forsell med bulgur****Onsdag**
17/4**Kökets eget val****Torsdag**
18/4**Kökets eget val****Fredag**
19/4*Långfredagen*

Vecka 17
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**Måndag
22/4*Annandag påsk*Tisdag
23/4**Sprödbakad alaskafilé med kall dill- och citronsås,
potatis****Skogsgryta med korngryn**Onsdag
24/4**Quorn gryta med röd curry och bulgur****Italiensk grönsakslasagne**Torsdag
25/4**Köttfärs Bolognese med pasta****Ost- och rotfruktssås med pasta**Fredag
26/4**Varmkorv med potatismos och smörgåsgurka****Falafel med vitlökssås och varm bulgursallad**

Vecka 18
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken****Måndag**
29/4**Kassler och potatisgratäng****Hirsbiff med potatissallad****Tisdag**
30/4**Potatis- och purjolökssoppa med mjuk ostsmörgås****Pannkaka med cottage cheese och äppeltärningar****Onsdag**
1/5*Första maj***Torsdag**
2/5**Lasagne****Broccoli- och ostfyllda paprikahalvor med bulgur****Fredag**
3/5**Ångad fisk med ägg- och persiljesås, potatis****Nudelwok**

Vecka 19
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**

Måndag 6/5	Färssås med pasta	
	Couscouspytt med Quorn och ananasdressing	
Tisdag 7/5	Kyckling i currysås med bulgur	
	Ravioli med spenat och ricotta	
Onsdag 8/5	Pastasalladsbuffé <i>Förskolan: Frestelse med rökt höns</i>	
		
Torsdag 9/5	Fiskgratäng med vitlök och basilika, potatis	
	Picadillo i tortilla med gräddfil och salsa	
Fredag 10/5	Köttfärs i ugn med gräddsås, potatis och lingonsylt	
	Grönsaksbiff Caribbean med blomkålsgratäng och korngryn	