





Vecka 2  
2022**Vassagymnasiets matsedel**

|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
| <b>Måndag</b><br>10/1  | <b>Lovdag</b>  |   |
|                        |  |   |
| <b>Tisdag</b><br>11/1  | <b>Potatis- och purjolökssoppa med mjukt bröd och ost</b>          |   |
|                        | <b>Solskenskoppa med mjukt bröd och hummus</b>                     |    |
| <b>Onsdag</b><br>12/1  | <b>Frestelse med rökt höns</b>                                     |   |
|                        | <b>Morotsplätt med örtsås och bulgur</b>                           |  |
| <b>Torsdag</b><br>13/1 | <b>Fiskgratäng med vitlök och basilika, potatis</b>                |   |
|                        | <b>Ostgratinerad tortilla med linser</b>                           |  |
| <b>Fredag</b><br>14/1  | <b>Crispy chicken med mango-currydressing och ugnstekt potatis</b> |   |
|                        | <b>Ost- och grönkålspaj</b>  |  |

Vecka 3  
2022**Vassagymnasiets matsedel**Måndag  
17/1

Chili con carne med bulgur

Champinjonsås med pasta

Tisdag  
18/1

Gräddig hönsfärssås med tomat och pasta

Cottage pie  
*(färssås med potatismostopping)*Onsdag  
29/1

Ugnsbakad fisk med remouladsås och potatis

Grönsaksbiff Caribbean med blomkålsgratäng och bulgur

Torsdag  
20/1

Quorn gryta med röd curry och nudlar







Japans plätt "ekonomiaky" med chilidipp och matvete

Fredag  
21/1

Kökets eget val

Broccolibiff med mustig tomatsås och rostade rotfrukter





Vecka 4  
2022**Vassagymnasiets matsedel**

|                        |   |   |
|------------------------|---|---|
| <b>Måndag</b><br>24/1  | <b>Smakrik fiskgratäng med potatis</b>  |   |
|                        | <b>Sojakorv med potatismos</b>  |    |
| <b>Tisdag</b><br>25/1  | <b>Klimatsmart gulaschsoppa med cremé fraiche klick och mjukt bröd med färskost</b> |    |
|                        | <b>Bondomelett</b>  |    |
| <b>Onsdag</b><br>26/1  | <b>Wrapsbuffé</b>   |   |
|                        |   |   |
| <b>Torsdag</b><br>27/1 | <b>Green nuggets med vitlöksdipp och ugnstekta potatis</b>                          |  |
|                        | <b>Rödkåslasagne</b>  |  |
| <b>Fredag</b><br>28/1  | <b>Korv Stroganoff med bulgur</b>   |   |
|                        | <b>Vårullar med sötsursås och ris</b>   |  |

Vecka 5  
2022**Vassagymnasiets matsedel**

|                       |   |   |
|-----------------------|---|---|
| <b>Måndag</b><br>31/1 | <b>Färssås med pasta</b>                                |    |
|                       | <b>Bakad potatis med tomat- och lökröra</b>             |    |
| <b>Tisdag</b><br>1/2  | <b>Kassler och potatisgratäng</b>                       |   |
|                       | <b>Kökets eget val</b>                                  |   |
| <b>Onsdag</b><br>2/2  | <b>Stekt sejfilé med dill- och rödlökssås, potatis</b>  |   |
|                       | <b>Majsplätt med vitlöksdipp och matvete</b>            |  |
| <b>Torsdag</b><br>3/2 | <b>Kyckling i currysås med bulgur</b>                   |   |
|                       | <b>Tortellini i tomatsås</b>                            |  |
| <b>Fredag</b><br>4/2  | <b>Nötfärsbiff med gräddsås, potatis och lingonsylt</b> |   |
|                       | <b>Falafel med vitlöksås och bulgur</b>                 |  |

Vecka 6  
2022**Vassagymnasiets matsedel**

|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
| <b>Måndag</b><br>7/2   | <b>Kokt hokifilé med ägg- och persiljesås, potatis</b>         |   |
|                        | <b>Picadillo med tortilla</b>                                  |    |
| <b>Tisdag</b><br>8/2   | <b>Fransk kycklinggryta med timjan, bulgur</b>                 |   |
|                        | <b>Solros nuggets med ajvardressing och rostade rotfrukter</b> |    |
| <b>Onsdag</b><br>9/2   | <b>Lasagne Napolitana</b>                                      |   |
|                        | <b>Kikärtsgryta med citron och spenat, bulgur</b>              |  |
| <b>Torsdag</b><br>10/2 | <b>Fiskburgare med curryremoulad, bröd och klyftpotatis</b>    |   |
|                        | <b>Bönburgare med curryremoulad, bröd och klyftpotatis</b>     |  |
| <b>Fredag</b><br>11/2  | <b>Ostsås med rökt höns och pasta</b>                          |   |
|                        | <b>Kökets eget val</b>   |   |

Vecka 7  
2022**Vassagymnasiets matsedel****Måndag**  
**14/2****Köttfärs Bolognese med pasta****Asiatiska bönbollar med chiliaioli och rostade rotfrukter****Tisdag**  
**15/2****Kokt korv med potatissmos och senap****Rödbetsbiffar med pepparrotskräm och rotmos****Onsdag**  
**16/2****Fisksoppa med citron och örter med mjukt bröd och ost****Högsbosoppa med mjukt bröd och hummus****Torsdag**  
**17/2****Amerikansk färslimpa med vitlökssås och ugnstekt potatis****Ost- och broccolisås med pasta****Fredag**  
**18/2****Asiatisk sås med kyckling och bulgur****Italiensk grönsakslasagne**