

Vecka 6  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**

Måndag 4/2	Quorn gryta med röd curry och nudlar	
	Falafel med vitlökssås och bulgur	
Tisdag 5/2	<b>Kebabröra med bulgur, tortilla, vitlökssås och röd sås</b> <i>Förskolan: Kebabröra med vitlökssås och bulgur</i>	
	Vårrullar med sötsur sås och ris	
Onsdag 6/2	Potatis- och kycklinggratäng	
	Krämig ratatouille med pasta	
Torsdag 7/2	Ångad fiskfilé med ägg- och persiljesås, potatis	
	Picadillo i tortilla med salsa och gräddfil	
Fredag 8/2	Kycklingfärs i ugn med gräddsås och potatis	
	Grönsaksbiff Caribbean med broccoligratäng och korngryn	

Vecka 7  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**

Måndag 11/2	Kyckling i currysås med bulgur	
	Italiensk grönsaksolasagne	
Tisdag 12/2	Kassler med potatisgratäng	
	Hirsbiff med örtsås och varm bulgursallad	
Onsdag 13/2	Sloppy Joe med ranchdressing, bröd och klyftpotatis <i>Förskolan: Köttfärsröra med vitlöksdipp och klyftpotatis</i>	
	Greenburgare med ranchdressing, bröd och klyftpotatis	
Torsdag 14/2	Ugnsbakad fiskfilé med kall dill- och citronsås, potatis	
	Kryddig ost- och morotspaj	
Fredag 15/2	Färssås med pasta	
	Couscouspytt med quorn och ananasdressing	

Vecka 8  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**Måndag  
18/2Fisksoppa med citron och örter med mjukt bröd och ost  
Färskostkaka med sylt och bär

Solskenssoppa med mjukt bröd och hummus

Tisdag  
19/2

Varmkorv med potatismos och smörgåsgurka

Kikärts- och couscoubiff med mustig tomatsås och  
korngrynOnsdag  
20/2Fishtaco  
*Förskolan: Stekt fisk med curryremoulad och potatis*

Quorntaco

Torsdag  
21/2

Chili con carne med bulgur

Ravioli med spenat och ricotta

Fredag  
22/2

Kycklingsås med örter och pasta

Bondomelett



Vecka 9  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken  
Sportlov****Måndag  
25/2**

Kycklinggryta med paprika och bulgur

**Tisdag  
26/2**Potatis- och purjolökssoppa  
Pannkaka med sylt och äppeltärningar**Onsdag  
27/2**

Kökets eget val






**Torsdag  
28/2**

Ugnsbakad fiskfilé med remouladsås och potatis

**Fredag  
1/3**

Kökets eget val

Vecka 10  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**

<b>Måndag</b> 4/3	<b>Smakrik fiskgratäng med potatis</b>	
	<b>Kikärts- och couscoubiff med coleslaw och rostade rotfrukter</b>	
<b>Tisdag</b> 5/3	<b>Kalops med potatis och rödbetor</b>	
	<b>Kökets eget val</b>	
<b>Onsdag</b> 6/3	<b>Lasagne</b>	
	<b>Bakad potatis med krämig lök- och tomatröra</b>	
<b>Torsdag</b> 7/3	<b>Ost- och broccolisås med pasta</b>	
	<b>Tacopaj</b>	
<b>Fredag</b> 8/3	<b>Grillad kycklinglårfile med kall bearnaise och ugnstekt potatis</b>	
	<b>Falafel med vitlökssås och varm bulgursallad</b>	

Vecka 11  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken****Måndag**  
**11/3****Köttfärs Bolognese med pasta****Ost- och rotfruktssås och pasta****Tisdag**  
**12/3****Frestelse med rökt höns****Morotsplätt med ratatouille och bulgur****Onsdag**  
**13/3****Asiatisk buffé***Förskolan: Sötsur kinagryta med quorn och ris***Torsdag**  
**14/3****Korv Stroganoff med bulgur****Kökets eget val****Fredag**  
**15/3****Ugnsbakad fiskfilé med dill- och rödlökssås, potatis****Grönsakslasagne med bladspenat och linser**

Vecka 12  
2019**Matsedel för Medåkers skola och Bofinken**Måndag  
18/3

Kycklingsås med tomat och basilika, pasta

Picadillo i tortilla med gräddfil och salsa

Tisdag  
19/3

Minestrone-soppa med mjukt bröd och ost

Rotfruktsmedaljonger med cottage cheese och lingonsylt

Onsdag  
20/3Fiskburgare med curryremoulad, bröd och klyftpotatis  
*Förskolan: Fiskgratäng med vitlök och basilika, potatis*

Trädgårdsburgare med curryremoulad, bröd, klyftpotatis

Torsdag  
21/3

Pasta- och kycklinggratäng

Broccoli- och ostfyllda paprikahalvor och bulgur

Fredag  
22/3

Färsbiff med gräddsås, potatis och lingonsylt

Grönsaksbiff Caribbean med blomkålsgratäng och bulgur

