



















Vecka 38
2017**Stureskolans matsedel**

Måndag 18/9	Köttfärssås med pasta	
	Hawaiiigryta med matkorn	
Tisdag 19/9	Quorn med röd curry och bulgur	
	Bondomelett	
Onsdag 20/9	Pastasalladsbuffé	
	Pastasalladsbuffé	
Torsdag 21/9	Ugnsbakad fiskfilé med vitlökssås och potatis	
	Zucchini biff med coleslaw och bulgur	
Fredag 22/9	Potatis- och kycklinggratäng	
	Tacopaj	









Vecka 39
2017**Stureskolans matsedel**

Måndag 25/9	Korvslantar och frukostkorv med ostsås, pasta	
	Rödbetsbiff med pepparrottdressing och potatis	
Tisdag 26/9	Fisksoppa med citron och örter, mjukt bröd och färskost	
	Minestrone-soppa med mjukt bröd och hummus Kryddig lins-soppa med mjukt bröd och ost	
Onsdag 27/9	Crispy chicken bites med mango/currysås, ugnstekt potatis	
	Nudelwok med quorn och gräddfil sweet chili	
Torsdag 28/9	Köttbullar med potatismos och lingonsylt	
	Hirsbiff med fetaostdressing, varm bulgursallad med ajvarvinägrett	
Fredag 29/9	Fiskgratäng med apelsin och chili, potatis	
	Gratinerad tortilla med linser	









Vecka 40
2017**Stureskolans matsedel**

Måndag 2/10	Färssås med pasta	
	Ost- och broccolipaj	
Tisdag 3/10	Kyckling i currysås med bulgur	
	Pastagrätning med tomat	
Onsdag 4/10	Ugnsbakad sejfilé med dill- och rödlökssås, potatis	
	Linsgryta med sting och bulgur	
Torsdag 5/10	Tacobuffé	
	Tacobuffé	
Fredag 6/10	Gratinerad korn med ajvar och potatismos	
	Morotsbollar med ratatouille och matvete	

Vecka 41
2017**Stureskolans matsedel**

Måndag 9/10	Pasta med tre såser:	
	1. Krämig ratatouille 2. Ost- och broccolisås 3. Asiatisk sås med sojastrimlor	
Tisdag 10/10	Kycklingfärs i ugn med gräddsås och potatis	
	Falafel med vitlökssås och varm bulgursallad	
Onsdag 11/10	Kassler med potatisgratäng	
	Majs- och sötpotatisbiff med coleslaw och rostade grönsaker	
Torsdag 12/10	Fiskgratäng med vitlök och basilika, potatis	
	Paj med palsternacka och broccoli	
Fredag 13/10	Lasagne	
	Vegogryta med vitlök och bulgur	

Vecka 42
2017**Stureskolans matsedel**

Måndag 16/10	Kycklingsås med örter, pasta	
	Grekisk potatisgratäng	
Tisdag 17/10	Korv Stroganoff med bulgur	
	Vårrullar med sötsur sås och ris	
Onsdag 18/10	Greennuggets med vitlöksdipp och ugnstekt potatis	
	Grönsakslasagne med spenat och linser	
Torsdag 19/10	Gulaschsoppa med crème fraiche-klick, mjukt bröd och färskost	
	Broccolisoppa med mjukt bröd och hummus	
Fredag 20/10	Ugnsbakad fiskfilé med remouladsås, potatis	
	Kikärts- och couscousbiff med blomkålsgratäng, matvete	

Vecka 43
2017**Stureskolans matsedel**
TEMA: AROUND THE WORLD

Måndag 23/10 Afrika	Mtuzi wa Samaki (fisk i cocoscurry) med gult ris	
	Sötpotatisbiffar med myntayoghurt och couscous	
Tisdag 24/10 Europa	Grekisk färsbiff med tzatziki och ugnspotatis	
	Moussaka	
Onsdag 25/10 Nord-amerika	Sloppy Joe med bröd, klyftpotatis och ranchdressing	
	Jambalaya	
Torsdag 26/10 Asien	Kycklingwok med grönsaker och nudlar	
	Samosas med mango chutneydressing och ris	
Fredag 27/10 Latin-amerika	Picadillo (sojafärsröra) i tortilla	
	Mexikansk tacogratäng med gräddfil och salsa	