

Hovslättsskolans matsedel läsåret 2016/17

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
Matvecka 1 18 Ny matsedel-16 39 46 (1) 8 (15) 22	Djungelgryta med kokt ris Indisk linsgryta med smak av kokos	Blodpudding serveras med rökt strimlad skinka, klyftpotatis och lingonsylt Chili con carne med bulgur/matvete	Hemlagad Lasagne Vegatarisk lasagne	Ugnsbakad lax med grönsaker, kokt potatis och citronsås Potatisbullar med stekt bacon och lingonsylt	Morotsbiff med rotfruktsgratäng och örtdressing Frasiga fiskbugare serveras i hamburgarebröd och klyftpotatis
Matvecka 2 19 40 47 2 VT -17 börjar 9 16 23	Hawaiigryta serveras med jasmineris Krämig tortellinigratäng med tomat och örter	Ugnsstekt fisk med dillsås och kokt potatis Färsbiff med kokt potatis, gräddsås och lingonsylt	Hovslättsskolan Tacobuffé	Varm pastasallad med yoghurt dressing Fiskgryta med paprika och squash, kokt potatis och varma grönsaker	Chorizo/frukostkorv/varmkorv med potatismos, currydressing och inlagd gurka Broccolibiff med färskost, vitlöksdressing och couscous med wokgrönsaker
Matvecka 3 20 34 HT-16 börjar 41 48 3 10 17 24 Vt-17 slutar	Köttbullar med stuvade makaroner alt. makaroner Kikärtsbiff serveras med kokt potatis och kall äppelsås	Stekt panerad fisk med kokt potatis och filsås Krämig Ratatouille med kokt pasta	Blodpudding serveras med lingonsylt Köttfärslimpa med kokt potatis, gräddsås och lingonsylt	Krämig tonfisk röra serveras med pasta Pasta med skinksås	Raggmunk med stekt fläsk och lingonsylt Kokt potatis med stekt fläsk, löksås och lingonsylt
Matvecka 4 21 35 42 49 4 11 18	Krispig fisk serveras med potatis och gröna ärtor Morot-och zucchinibiff med bulgursallad och tzatsiki	Gratinerad middagskorv serveras med potatismos och vitlöksås Grönsaksbiffar serveras med potatismos och vitlöksås	Kycklingwok serveras med ris och nudllar Grönsakswok serveras med ris och nudllar	Köttssoppa serveras med hembakat bröd Apelsin och chilibakad fisk med kokt potatis och varma grönsaker	Helstekt kotletrad serveras med stektpotatis och sås Stekt Quornfile serveras med potatis och sås
Matvecka 5 22 36 43 50 5 12 19	Kycklinggryta Tikka Masala med kokt ris Mexikansk frestelse med vegofärs och kokta grönsaker	Isterband med dillstuvad potatis och skivade rödbetor Ugnstekt fisk med frasigt täcke och potatis	Stekt kyckling serveras med ris/bulgur och currysås Falafel serveras med bulgur och tzatsiki	Fiskgratäng serveras med potatis Ugnsbakad potatis med tonfiskröra alt. Dagens röra	Hovslättsskolans Tapas Schnitzel alt. Vegetarisk Schnitzel
Matvecka 6 23 VT-16 slutar 37 (44) 51 HT-slutar-16 6 13 20	Kalops med kokt potatis Grönsakswok med sweet chili	Stekt sejfilé med örtsås och kokt potatis Sojabiff med bulgur/matvete	Köttfärsås serveras med spaghetti Sojafärsås serveras med spaghetti	Kycklingssoppa serveras med bröd Pasta gratäng	Köttfärsbiffar, kokt potatis med brunsås och lingonsylt Bulgursallad med kyckling
Matvecka 7 38 45 (52) (7) 14 21	Korv stroganoff med kokt ris Pennegratäng med rostad paprika och senapsdressing	Fiskgratäng med smak av tomat och oregano serveras med kokt potatis Köttbullar med kokt potatis, gräddsås och lingonsylt	Krämig pastasås med skinka och kokt pasta Moussaka med grönsaker	Köttfärssoppa med potatis och morötter Kokt fisk serveras med äggsås och potatis	Kycklingkebab serveras med klyftpotatis och bröd Falafel med masalasås och kokt bulgur