



JÖNKÖPINGS
KOMMUN

SOCIALTJÄNSTEN

Vegetarisk matsedel för januari månad



Junegårdens kök och Torpa kök

Vecka 1

Måndag 30/12

Middag: Bouletter med stuvade makaroner och grönsaksblandning

Dessert: Jordgubbssoppa

Tisdag 31/12

Middag: Quorn med gräddsås, potatisgratäng, sockerärter och gelé

Dessert: Bananswiss

Onsdag 1/1

Middag: Grönsaksbiff med skirat smör, potatismos och helgratinerad blomkål

Dessert: Tårta

Torsdag 2/1

Middag: Ärtsoppa utan fläsk, bröd och ost

Dessert: Pannkaka med sylt och grädde

Fredag 3/1

Middag: Rödbetsgratäng med kall sås, potatis och sommarblandning

Dessert: Persikor med grädde

Lördag 4/1

Middag: Vegetarisk pepparrotsgryta, potatismos och broccoli

Dessert: Cheesecake

Söndag 5/1

Middag: Fyllt portabello med örtig röra, stekt kulpotatis och bukettgrönsaker

Dessert: Frukta cocktail och grädde

Vecka 2

Måndag 6/1

Middag: Mindre julbord

Dessert: Saffransbakelse

Tisdag 7/1

Middag: Vegetarisk kålpudding med sås, potatis, grönsaksblandning och lingon

Dessert: Färsk frukt

Onsdag 8/1

Middag: Grönsaksbiffar med gräslöksfraise, potatis och grönsaksblandning

Dessert: Lingonmousse

Torsdag 9/1

Middag: Spenatsoppa med ägghalva, bröd och ost

Dessert: Äppelpaj och vaniljsås

Fredag 10/1

Middag: Quorn i dillsås, potatis och morötter

Dessert: Katrinplommoncreme med grädde

Lördag 11/1

Middag: Vegetarisk lasagne med keson och spenat samt grönsaksblandning

Dessert: Brylepudding med karamellsås

Söndag 12/1

Middag: Quornfilé med äppelcidarsås, klyftpotatis och vördshusgrönsaker

Dessert: Ostkaka med sylt och grädde

Vecka 3

Måndag 13/1

Middag: Bruna bönor med rökt zucchini, potatis och ärtor

Dessert: Färsk frukt

Tisdag 14/1

Middag: Vegetarisk korvlåda med potatismos och grönsaksblandning

Dessert: Blåbärskräm

Onsdag 15/1

Middag: Stekt quorn med spenatstuvning, potatis och morötter

Dessert: Kärleksmums

Torsdag 16/1

Middag: Grönsakssoppa samt bröd och ost

Dessert: Äggvåfla med sylt och grädde

Fredag 17/1

Middag: Vegetarisk biff med lök, sås, potatis, blomkål och lingon

Dessert: Fruktocktail och grädde

Lördag 18/1

Middag: Böngratäng Julienne samt potatismos och sockerärtor

Dessert: Jordgubbsmousse

Söndag 19/1

Middag: Stekt halloumi med rödvinssky, potatisgratäng och broccoli

Dessert: Mjuk kaka

Vecka 4

Måndag 20/1

Middag: Raggmunk med marinerade bönor och vitlökscreme, grönsaksblandning och lingon

Dessert: Färsk frukt

Tisdag 21/1

Middag: Kikärtsgröta med basilika, potatis, morötter och lingon

Dessert: Änglamat (kaksmulor med grädde och sylt)

Onsdag 22/1

Middag: Panerad aubergine med lingonfraiche, potatismos och ärtor

Dessert: Blåbärscreme

Torsdag 23/1

Middag: Ärtsoppa utan fläsk med bröd och ost

Dessert: Pannkaka med sylt och grädde

Fredag 24/1

Middag: Rosmarin och dijonbräserverad quorn, potatis och broccoli

Dessert: Rabarber och jordgubbskompott

Lördag 25/1

Middag: Italiensk mandelquorn med potatis och morötter

Dessert: Chokladmousse med grädde

Söndag 26/1

Middag: Vegetarisk schnitzel med whiskeysås, potatismos och ärtor

Dessert: Morotskaka

Vecka 5

Måndag 27/1

Middag: Vegetarisk korv stroganoff med ris och bukettgrönsaker

Dessert: Färsk frukt

Tisdag 28/1

Middag: Vegetarisk biff Lindström med gräddsås, klyftpotatis och haricot verts

Dessert: Körbärskräm

Onsdag 29/1

Middag: Vegetarisk makaronipudding och morötter

Dessert: Tropisk fruktmousse

Torsdag 30/1

Middag: Vegetarisk gulaschsoppa med vitlöksröra, bröd och ost

Dessert: Kesellakaka med sylt och grädde

Fredag 31/1

Middag: Vegetarisk biff med dillstuvad potatis och grönsaksblandning

Dessert: Helstekta äpplen med glasskräm

Lördag 1/2

Middag: Fylld paprika med sås, potatis och broccoli

Dessert: Frukta cocktail med maränger och grädde

Söndag 2/2

Middag: Stekt halloumi med sås, potatis och bukettgrönsaker

Dessert: Ananas paj med grädde