



F I N S P Å N G

Restaurang meny för Lakto ovo
Januari 2017

Vecka 2		Närproducerat
Tisdag	10	Indisk gryta(bönor/ kokos) med ris/matkorn
Onsdag	11	Falafel med pasta och ketchup
Torsdag	12	Thaisoppa med ostsmörgås
Fredag	13	Vegetarisk pytt i panna med bönor och inlagda rödbetor
Vecka 3		
Måndag	16	Kikärtbiff och potatismos
Tisdag	17	Indisk gryta medbönor och kokos serveras med pasta
Onsdag	18	Raggmunk med lingonsylt
Torsdag	19	Vegetarisk bolognese med linser och spagetti, ketchup
Fredag	20	Green nuggets med ris/couscous och currysås
Vecka 4		
Måndag	23	Selleribiff med stekt lök, sås, potatis
Tisdag	24	Lins/morots stroganoff med ris, ketchup
Onsdag	25	Rotsaksburgare med potatismos
Torsdag	26	Vegetarisk gulaschsoppa med ostsmörgås
Fredag	27	Potatisbullar med lingonsylt
Vecka 5		
Måndag	30	Rotsakssås med linser och pasta
Tisdag	31	Hollandaisegratinerad bönmix/grönsaker och potatis



Varje dag serverar vi ekologisk mjölk, salladsbuffé samt bröd och smör
Reservation för eventuella ändringar

Östgotamat är närproducerad mat
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.

<http://www.ostgotamat.se>



Östgotamat



FINSPÅNG

Restaurang meny för Lakto ovo
Februari 2017

Vecka 5

Onsdag	1	Vegetarisk kalops på rödbetor med potatis
Torsdag	2	Morotslasagne med ketchup
Fredag	3	Paprikagryta med ris/bulgur

Vecka 6

Måndag	6	Broccolimedaljong med potatismos
Tisdag	7	Tomatsoppa med pasta och ostsmörgås
Onsdag	8	Kesobiff med varm sås och potatis
Torsdag	9	Rotfruktspytt i panna med linser, inlagda rödbetor
Fredag	10	Linswok och nudlar

Vecka 7

Måndag	13	Linsbiff med potatismos
Tisdag	14	Alla hjärtans dag Falafel med spagetti á la Lady och Lufsen, ketchup
Onsdag	15	Kebabkryddad böngryta med ris/bulgur
Torsdag	16	Pannkaka med sylt/äppelmos
Fredag	17	Vegoburgare med pasta

Vecka 8

Sportlov

Vecka 9

Måndag	27	Potatisbullar med lingonsylt
Tisdag	28	Mustig grönsakssoppa med kikärtor och ostsmörgås

Varje dag serverar vi ekologisk mjölk, salladsbuffé samt bröd och smör
Reservation för eventuella ändringar

Östgotamat är närproducerad mat
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.
<http://www.ostgotamat.se>



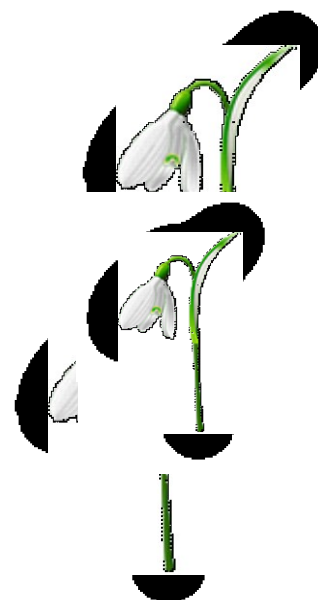


FINSPÅNG

Restaurang meny för Lakto ovo
Mars 2017

Vecka 9		
Onsdag	1	Blomkålsgratäng med kikärter och potatis
		Närproducerat
Torsdag	2	Chiligryta med ris
Fredag	3	Vegetarisk kålpudding med säs och potatis
Vecka 10		
Måndag	6	Tacobiff á la Björke med potatis och kall säs med senap/gurka
Tisdag	7	Rotsakspytt i panna med vitlöksdressing
Onsdag	8	Kikärtsgryta curry med ris/bulgur
Torsdag	9	Studiedag
Fredag	10	Vegetarisk bolgonese med spaghetti
Vecka 11		
Måndag	13	Falafel med säs och potatis, lingonsylt
Tisdag	14	Krämig pastasäs med pasta
Onsdag	15	Ärt och morotsbiff med potatismos
Torsdag	16	Vegetarisk Nikkaluoktasoppa med ostsmörgås
Fredag	17	Dragondoftande rotfruktgratäng med kikärter
Vecka 12		
Måndag	20	Vegetarisk burgare med kall gräslökssäs samt potatis
Tisdag	21	Thailänds kikärtsgryta med pasta
Onsdag	22	Potatisbullar med lingonsylt, kokt grönsak
Torsdag	23	Vegetarisk Shanghaigryta med klyftpotatis
Fredag	24	Tacos med vegetariska tillbehör och ris, salsasäs och nachochips
Vecka 13		
Måndag	27	Vegetarisk biff med säs och potatis
Tisdag	28	Vegetarisk thaigryta med ris/bulgur
Onsdag	29	Vegetarisk biff med potatismos
Torsdag	30	Pasta med Björkekökets pastasäs
Fredag	31	Vegetariskkalops med potatis, skivade rödbetor

Varje dag serverar vi ekologisk mjölk, salladsbuffé samt bröd och smör
Reservation för eventuella ändringar
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.
<http://www.ostgotamat.se>



Östgotamat



FINSPÅNG

Restaurang meny för Lakto ovo
April 2017

Vecka 14		Närproducerat
Måndag	3	Morotsbiff med potatismos och ketchup/senap
Tisdag	4	Vegetarisk bolognese på linser med spagetti, ketchup
Onsdag	5	Rödbetsbiff med remouladsås och potatis
Torsdag	6	Grönsakssoppa med curry med ostsmörgås
Fredag	7	Liten Vegetariskt Påsklunch
Vecka 15		Påsklov
Vecka 16		
Måndag	17	Annandag påsk
Tisdag	18	Potatisbullar med lingonsylt
Onsdag	19	Kikärtssås med pasta
Torsdag	20	Green nuggets med varm currysås och ris
Fredag	21	Kebabkryddad böngryta med bulgur
Vecka 17		Närproducerat
Måndag	24	Chili sin carne med ris/matkorn
Tisdag	25	Falafel med kall dillsås och potatis
Onsdag	26	Tacobiff á la Björke med potatismos
Torsdag	27	Tomatsoppa med pasta och ostsmörgås
Fredag	28	Apelsinkryddad rotsaksgryta med ris/couscous



Varje dag serverar vi ekologisk mjölk, salladsbuffé samt bröd och smör
Reservation för eventuella ändringar

Östgotamat är närproducerad mat
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.
<http://www.ostgotamat.se>



Östgotamat



FINSPÅNG

Restaurang meny för Lakto ovo
Maj 2017

Vecka 18

Måndag	1	1:a maj
Tisdag	2	Vegetariskwok med röda linser och nudlar
Onsdag	3	Kesobiff med pasta
Torsdag	4	Blomkålsbiff med remouladsås och potatis
Fredag	5	Fransk timjangryta med kikärter och potatis

Vecka 19

Måndag	8	Vegetarisk Tikka Masala med ris/bulgur
Tisdag	9	Bön och broccoligratäng med potatis
Onsdag	10	Potatis och purjolökssoppa med ostsmörgås
Torsdag	11	Pastasås med linser och pasta
Fredag	12	Ugnspannkaka med lingonsylt

Vecka 20

Måndag	15	Morotsstroganoff med ris, ketchup
Tisdag	16	Falafel med makaroner, ketchup
Onsdag	17	Bönbiff tex-mex med potatimos
Torsdag	18	Pastasås med kikärtssås, ketchup Ekologisk
Fredag	19	Pannkaka med sylt/äpplemos

Vecka 21

Måndag	22	Vegetarisk pastasås á la Mikaeli med pasta
Tisdag	23	Hemgjorda selleribiffar med kall dillsås och potatis
Onsdag	24	Studiedag
Torsdag	25	Kristi himmelfärdsdag
Fredag	26	Lovdag



Vecka 22

Måndag	29	Vegetarisk pytt i panna med vitlöksdressing
Tisdag	30	Vegetarisk bolgonese och spagetti, ketchup
Onsdag	31	Dragondoftande rotfruktsgatäng med kikärter

Östgotamat är närproducerad mat
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.
<http://www.ostgotamat.se>



Östgotamat



FINSPÅNG

Restaurang meny för Lakto ovo
Juni 2017

Vecka 22

Torsdag	1	Morot och broccolisoppa med ostsmörgås
Fredag	2	Bönbiff med ugnstrostad potatis och dragonsås

Vecka 23

Måndag	5	Lovdag
Tisdag	6	Nationaldagen
Onsdag	7	Vegetarisk biff med pasta
Torsdag	8	Falafel med ris och vitlöksdressing
Fredag	9	Greenburger med potatismos

Vecka 24

Måndag	12	Majs och chiliplättar med makaroner, ketchup
Tisdag	13	Kockens val
Onsdag	14	Vegetarisk ostbiff med potatissallad
Torsdag	15	Skolavslutning

Varje dag serverar vi ekologisk mjölk, salladsbuffé samt bröd och smör
Reservation för eventuella ändringar

Östgotamat är närproducerad mat
Kostenheten och Måltidsenheten i Finspångs kommun serverar
närproducerad potatis, morötter och vitkål.
<http://www.ostgotamat.se>

