Vecka 2

Måndag         Pasta Med Skinksås broccoli

Tisdag          Brässerad karré, rostad potatis och dragonsås

Onsdag          Pyttipanna med stekt ägg och rödbetor

Torsdag         Panerad fisk med kokt potatis och kall sås

Fredag           Linsgryta med curry och blomkål

Vecka 3

Måndag         Kyckling wok med nudlar, grönsaker och sötsur sås

Tisdag          Vegetarisk lasagne, kall vitlökssås

Onsdag         Kålpudding, rostad potatis och klassiska tillbehör

Torsdag         Spagetti med köttfärssås och gröna linser

Fredag           Cowboysoppa, bröd, smör och ost

Vecka 4

Måndag         Kycklinggryta med curry, morot, broccoli

serveras med havreris, marinerad kål

Tisdag           Panerad fisk med kokt potatis och remouladsås

Onsdag         Gratinerad falukorv i tomatsås med potatismos

Torsdag         Redd grönsakssoppa, bröd, smör, ost

Fredag           Schnitzel med stekt potatis och svampsås

Vecka 5

Måndag         Spagetti och köttfärssås och gröna linser

Tisdag           Köttfärslimpa, lingon, pressgurka, mos och gräddig äppelsås

Onsdag         Blomkålsbiffar med örtig färskostcream och rostad potatis

Torsdag         Vegetarisk lasagne och vitlökssås

Fredag          Stekt/Marinerad kycklinginnerfilé med rostad potatis och grönpeppasås.

Vecka 6

Måndag         Korvstroganoff serveras med havreris

Tisdag           Pyttipanna, stekt ägg och rödbetor

Onsdag         Köttfärslimpa på fetaost, tomat och vitlök serveras med tsatziki och

rostad potatis

Torsdag         Potatis- och purjolökssoppa

Fredag           Köttbullar med brynt sås, pressgurka, kokt potatis och lingon

Vecka 7

Måndag         Pasta med skinksås och broccoli

Tisdag           Pannbiff med mos och löksky

Onsdag          Fiskgratäng med broccoli, morot, dill och kokt Potatis

Torsdag         Gulasch, paprika, grå ärter, ris och crème fraiche

Fredag           Marinerad kycklinginnerfilé, serveras med rostpotatis och kall

vitlökssås