



Matsedel vårterminen 2024

Vecka 2

Måndag 8 LOVDAG

Tisdag 9

M.1 Veg. Karibisk gryta,
havreris.

M.2 Sjömanskorv

Onsdag 10

M.1 Selleristick, kall sås, potatis

M.2 Stekt sej, kall sås, potatis

Torsdag 11

M.1 Grönsakspytt, rödbetor

M.2 Pytt i Panna

Fredag 12

M.1 Ostsoppa m.paprika veg.
bröd, frukt.

M.2 Ostsoppa m.kalkon, bröd,
frukt.

Vecka 4

Måndag 22

M.1 Morotsbiff, citronsås,
potatis

M.2 Sjömanstorsk, citronsås,
potatis

Tisdag 23

M.1 Veg. Skepparpaj

M.2 Skepparpaj

Onsdag 24

M.1 Kikärtsbiff, stuvade
makaroner

M.2 Falukorv, stuvade
makaroner

Torsdag 25

M.1 Veg. gryta m.Tofu, ris.

M.2 Fläskköttgryta, ris

Fredag 26

M.1 Högsbosoppa, mjuk bröd,
pålägg, frukt

M.2 Ärtsoppa m.fläsk, mjuk
smörgås, pålägg, frukt

Vecka 3

Måndag 15

M.1 Veg. Tacorulle, potatismos.

M.2 Fiskgratäng, potatismos.

Tisdag 16

M.1 Green nuggets, stuvad spenat,
potatis

M.2 Stekt falukorv, stuvad spenat,
potatis

Onsdag 17

M.1 Veg. färssås, spaghetti

M.2 Köttfärssås, spaghetti

Torsdag 18

M.1 Grönsaks/risgratäng

M.2 Ris- och kycklinggratäng

Fredag 19

M.1 Skördesoppa, mjuk smörgås,
pålägg, frukt

M.2 Minestrone-soppa m. färs,
mjuk smörgås, pålägg, frukt

Vecka 5

Måndag 29

M.1 Veg. Korv stroganoff, ris

M.2 Korv stroganoff, ris

Tisdag 30

M.1 Spenatpinne, potatismos

M.2 Fisk I ugn, potatismos

Onsdag 31

M.1 Veg. lasagne

M.2 Lasagne

Torsdag 1

M.1 Vegetarisk schnitzel, potatis,
sås

M.2 Schnitzel, sås, potatis

Fredag 2

M.1 Broccolisoppa, mjukt bröd,
pålägg, frukt

M.2 Tacosoppa, mjuk smörgås,
pålägg, frukt



UPPVIDINGE KOMMUN

Vecka 6

Måndag 5

- M.1 Veg, indisk currygryta, matvete.
- M.2 Kycklinggryta, matvete.

Tisdag 6

- M.1 Falafelburgare, potatismos
- M.2 Fiskburgare, potatismos

Onsdag 7

- M.1 Green nuggets, sås, potatis,
- M.2 Färsruta, sås, potatis

Torsdag 8

- M.1 Veg. Potatisbulle, grönsakswok
- M.2 Potatisbulle, blodkorv, grönsakswok.

Fredag 9

- M.1 Grönsakssoppa, mjuk bröd, pålägg, frukt
- M.2 Köttfärssoppa, mjukt bröd, frukt

Vecka 8

Måndag 19 SPORTLOV

Tisdag 20 SPORTLOV

Onsdag 21 SPORTLOV

Torsdag 22 SPORTLOV

Fredag 23 SPORTLOV

Vecka 7

Måndag 12

- M.1 Green burger, potatismos
- M.2 Kycklinggrillkorv, potatismos

Tisdag 13

- M.1 Kikärtsbiff, tzatziki, klyftpotatis
- M.2 Kalkonfärsruta, tzatziki, klyftpotatis.

Onsdag 14

- M.1 Veg, grönsaksgryta, pasta.
- M.2 Skinksås, pasta.

Torsdag 15

- M.1 Rotfruktsmedaljong, dillsås, potatis.
- M.2 Alaskacrispies, dillsås, potatis

Fredag 16

- M.1 Potatis- och purjolöksoppa, mjukt bröd, pålägg, frukt
- M.2 Cowboysoppa, mjukt bröd frukt

Vecka 9

Måndag 26

- M.1 Veggie bouletter, sås, potatis.
- M.2 Köttbullar, sås, potatis

Tisdag 27

- M.1 Veg. Karibisk gryta, havreris.
- M.2 Sjömanskorv

Onsdag 28

- M.1 Selleristick, kall sås, potatis
- M.2 Stekt sej, kall sås, potatis

Torsdag 29

- M.1 Grönsakspytt, rödbetor
- M.2 Pytt i Panna

Fredag 1

- M.1 Ostsoppa m.paprika veg. bröd, frukt.
- M.2 Ostsoppa m.kalkon, bröd, frukt.



UPPVIDINGE KOMMUN

Vecka 10

Måndag 4

- M.1 Veg. Tacorulle, potatismos.
- M.2 Fiskgratäng, potatismos.

Tisdag 5

- M.1 Green nuggets, stuvad spenat, potatis
- M.2 Stekt falukorv, stuvad spenat, potatis

Onsdag 6

- M.1 Veg, färssås, spaghetti
- M.2 Köttfärssås, spaghetti

Torsdag 7

- M.1 Grönsaks/risgratäng
- M.2 Ris- och kycklinggratäng

Fredag 8

- M.1 Skördesoppa, mjuk smörgås, pålägg, frukt
- M.2 Minestrone-soppa m. färs, mjuk smörgås, pålägg, frukt

Vecka 12

Måndag 18

- M.1 Veg. Korv stroganoff, ris
- M.2 Korv stroganoff, ris

Tisdag 19

- M.1 Spenatpinne, potatismos
- M.2 Fisk I ugn, potatismos

Onsdag 20

- M.1 Veg. lasagne
- M.2 Lasagne

Torsdag 21

- M.1 Vegetarisk schnitzel, potatis, sås
- M.2 Schnitzel, sås, potatis

Fredag 22

- M.1 Broccolisoppa, mjukt bröd, pålägg, frukt
- M.2 Tacosoppa, mjuk smörgås, pålägg, frukt

Vecka 11

Måndag 11

- M.1 Morotsbiff, citronsås, potatis
- M.2 Sjömanstorsk, citronsås, potatis

Tisdag 12

- M.1 Veg. Skepparpaj
- M.2 Skepparpaj

Onsdag 13

- M.1 Kikärtsbiff, stuvade makaroner
- M.2 Falukorv, stuvade makaroner

Torsdag 14

- M.1 Veg. gryta m.Tofu, ris.
- M.2 Fläskköttgryta, ris

Fredag 15

- M.1 Högsbosoppa, mjuk bröd, pålägg, frukt
- M.2 Ärtsoppa m.fläsk, mjuk smörgås, pålägg, frukt

Vecka 13

Måndag 25 PÅSKLOV

Tisdag 26 PÅSKLOV

Onsdag 27 PÅSKLOV

Torsdag 28 PÅSKLOV

Fredag 29 LÅNGFREDAGEN



UPPVIDINGE KOMMUN

Vecka 14

Måndag 1 ANNADAG PÅSK

Tisdag 2

M.1 Falafelburgare, potatismos

M.2 Fiskburgare, potatismos

Onsdag 3

M.1 Green nuggets, sås, potatis,

M.2 Färsruta, sås, potatis

Torsdag 4

M.1 Veg. Potatisbulle,
grönsakswok

M.2 Potatisbulle, blodkorv,
grönsakswok.

Fredag 5

M.1 Grönsakssoppa, mjuk bröd,
pålägg, frukt

M.2 Köttfärssoppa, mjukt bröd,
frukt

Vecka 16

Måndag 15

M.1 Veggie bouletter, sås, potatis.

M.2 Köttbullar, sås, potatis

Tisdag 16

M.1 Veg. Karibisk gryta, havreris.

M.2 Sjömanskorv

Onsdag 17

M.1 Selleristick, kall sås, potatis

M.2 Stekt sej, kall sås, potatis

Torsdag 18

M.1 Grönsakspytt, rödbetor

M.2 Pytt i Panna

Fredag 19

M.1 Ostsoppa m.paprika veg.
bröd, frukt.

M.2 Ostsoppa m.kalkon, bröd,
frukt.

Vecka 15

Måndag 8

M.1 Green burger, potatismos

M.2 Kycklinggrillkorv, potatismos

Tisdag 9

M.1 Kikärtsbiff, tzatziki,
klyftpotatis

M.2 Kalkonfärsruta, tzatziki,
klyftpotatis.

Onsdag 10

M.1 Veg, grönsaksgryta, pasta.

M.2 Skinksås, pasta.

Torsdag 11

M.1 Rotfruktsmedaljong, dillsås,
potatis.

M.2 Alaskacrispies, dillsås, potatis

Fredag 12

M.1 Potatis- och purjolöksoppa,
mjukt bröd, pålägg, frukt

M.2 Cowboysoppa, mjukt bröd
frukt

Vecka 17

Måndag 22

M.1 Veg. Tacorulle, potatismos.

M.2 Fiskgratäng, potatismos.

Tisdag 23

M.1 Green nuggets, stuvad spenat,
potatis

M.2 Stekt falukorv, stuvad spenat,
potatis

Onsdag 24

M.1 Veg, färssås, spaghetti

M.2 Köttfärssås, spaghetti

Torsdag 25

M.1 Grönsaks/risgratäng

M.2 Ris- och kycklinggratäng

Fredag 26

M.1 Skördesoppa, mjuk smörgås,
pålägg, frukt

M.2 Minestrone-soppa m. färs,
mjuk smörgås, pålägg, frukt



UPPVIDINGE KOMMUN

Vecka 18

Måndag 29

- M.1 Morotsbiff, citronsås, potatis
- M.2 Sjömanstorsk, citronsås, potatis

Tisdag 30

- M.1 Veg. Skepparpaj
- M.2 Skepparpaj

Onsdag 1 **LOVDAG**

Torsdag 2

- M.1 Veg. gryta m.Tofu, ris.
- M.2 Fläskköttgryta, ris

Fredag 3

- M.1 Högsbosoppa, mjuk bröd, pålägg, frukt
- M.2 Ärtsoppa m.fläsk, mjuk smörgås, pålägg, frukt

Vecka 20

Måndag 13

- M.1 Veg, indisk currygryta, matvete.
- M.2 Kycklinggryta, matvete.

Tisdag 14

- M.1 Falafelburgare, potatismos
- M.2 Fiskburgare, potatismos

Onsdag 15 **STUDIEDAG**

Torsdag 16

- M.1 Veg. Potatisbulle, grönsakswok
- M.2 Potatisbulle, blodkorv, grönsakswok.

Fredag 17

- M.1 Grönsakssoppa, mjuk bröd, pålägg, frukt
- M.2 Köttfärssoppa, mjukt bröd, frukt

Vecka 19

Måndag 6

- M.1 Veg. Korv stroganoff, ris
- M.2 Korv stroganoff, ris

Tisdag 7

- M.1 Spenatpinne, potatismos
- M.2 Fisk I ugn, potatismos

Onsdag 8

- M.1 Veg. lasagne
- M.2 Lasagne

Torsdag 9 **LOVDAG**

Fredag 10 **LOVDAG**

Vecka 21

Måndag 20

- M.1 Green burger, potatismos
- M.2 Kycklinggrillkorv, potatismos

Tisdag 21

- M.1 Kikärtsbiff, tzatziki, klyftpotatis
- M.2 Kalkonfärsruta, tzatziki, klyftpotatis.

Onsdag 22

- M.1 Veg, grönsaksgryta, pasta.
- M.2 Skinksås, pasta.

Torsdag 23

- M.1 Rotfruktsmedaljong, dillsås, potatis.
- M.2 Alaskacrispies, dillsås, potatis

Fredag 24

- M.1 Potatis- och purjolöksoppa, mjukt bröd, pålägg, frukt
- M.2 Cowboysoppa, mjukt bröd frukt



Vecka 22

Måndag 27

- M.1 Veggie bouletter, sås, potatis.
- M.2 Köttbullar, sås, potatis

Tisdag 28

- M.1 Veg. Karibisk gryta, havreris.
- M.2 Sjömanskorv

Onsdag 29

- M.1 Selleristick, kall sås, potatis
- M.2 Stekt sej, kall sås, potatis

Torsdag 30

- M.1 Grönsakspytt, rödbetor
- M.2 Pytt i Panna

Fredag 31

- M.1 Ostsoppa m.paprika veg. bröd, frukt.
- M.2 Ostsoppa m.kalkon, bröd, frukt.

Vecka 24

Måndag 10

- M.1 Morotsbiff, citronsås, potatis
- M.2 Sjömanstorsk, citronsås, potatis

Tisdag 11

- M.1 Veg. Pitabröd, ris o vegofärsröra.
- M.2 Pitabröd, ris o köttfärsröra.

Onsdag 12

- M.1 Veg. Pastasallad m. vitlökssås, bröd.
- M.2 Pastasallad m. kyckling, vitlöksås, bröd

Torsdag 13 SOMMARLOV

Fredag 14 SOMMARLOV

Vecka 23

Måndag 3

- M.1 Veg. Tacorulle, potatismos.
- M.2 Fiskgratäng, potatismos.

Tisdag 4

- M.1 Green nuggets, stuvad spenat, potatis
- M.2 Stekt falukorv, stuvad spenat, potatis

Onsdag 5

- M.1 Veg, färssås, spaghetti
- M.2 Köttfärssås, spaghetti

Torsdag 6 NATIONALDAG

Fredag 7 LOVDAG