



Vecka 52 - 23/12-29/12

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| Måndag | Grönsakssoppa | Risgrynspudding | Kockens val |
| Tisdag | Julbord | Gottebord | Ris á la malta och skinksmörgås |
| Onsdag | Kalkon, rödkål, potatis och sås | Ostkaka | Småvarmt |
| Torsdag | Varmrökt lax, kall sås och potatis | Frusen lingontårta | Småkallt |
| Fredag | Lutfisk, potatis och sås | Lussekatt och pepparkaka | Köttfärspaj |
| Lördag | Herrgårdskyckling och ugnstek potatis | Bärkräm | Kavring med laxröra |
| Söndag | Äppelskinka, potatis och sås | Persikor och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 1 - 30/12-5/1

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|----------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Julkorv och potatismos | Nyponsoppa och mandelskorpa | Omelett |
| Tisdag | Cidermarinerad fläskfilé och potatisgratäng | Pannacotta med vit choklad | Smörgåstårta |
| Onsdag | Lax, potatis och sås | Mjuk pepparkaka med lingongrädde | Pizza och sallad |
| Torsdag | Grönkålssoppa och ägghalva | Äppel- och kanelpaj | Janssons frestelse |
| Fredag | Köttfärslimpa, potatis och gräddsås | Fredagsgott | Pastagrätäng |
| Lördag | Smarrig fisk med räkor och potatis | Ris á la Malta | Ädelostpaj |
| Söndag | Slottsstek, potatis och sås | Chokladpudding och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 2 - 6/1-12/1

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|--------------------------|--|
| Måndag | Kåldolmar, potatis och sås | Fruktcocktail och grädde | Kallskuret, mimosasallad och potatis |
| Tisdag | Spätta, kall sås och potatis | Jordgubbskräm | Falukorv i ugn och potatismos |
| Onsdag | Pytt i panna, ägg och rödbetor | Clementin och pepparkaka | Inlagd strömming, hovmästarsås och potatis |
| Torsdag | Färssoppa med pasta | Mannagrynspudding | Fläskpannkaka |
| Fredag | Fyllda isterband och potatismos | Fredagsgott | Smördegssnittar |
| Lördag | Gratinerad kassler med ananas och matgryn | Päronpaj med vaniljsås | Kycklingpanna |
| Söndag | Revben, potatis och sås | Citronfromage | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 3 - 13/1-19/1

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| Måndag | Pasta och köttfärssås | Blåbärssoppa | Kockens val |
| Tisdag | Sprödbakad fisk, potatis och dill- och citronsås | Falsk kalvdans och sylt | Blomkålssoppa och baconströssel |
| Onsdag | Rotmos och fläsklägg | Kokospäron | Räkpaj |
| Torsdag | Thailändsk kycklingsoppa | Kesokaka och grädde | Raggmunkar och bacon |
| Fredag | Höstgryta och potatis | Fredagsgott | Omelett med svampstuvning |
| Lördag | Järpar, potatis och gräddsky | Ananas och vaniljvisp | Pastalåda |
| Söndag | Kokt fisk, potatis och ägg- och persiljesås | Brylépudding | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 4- 20/1-26/1

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|-------------------------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Måndag | Köttbullar och stuvade makaroner | Fruktsoppa | Kockens val |
| Tisdag | Grekisk fiskgratäng och potatis | Hallon- och vaniljmousse | Falukorv och stuvad blomkål |
| Onsdag | Kålpudding, potatis och sås | Äppelkräm | Broccolipaj och sallad |
| Torsdag | Ärtsoppa med fläsk | Pannkaka och sylt | Fiskpudding med skirat smör |
| Fredag | Gulaschgryta på nötfärs och matgryn | Fredagsgott | Pizza och sallad |
| Lördag | Wallenbergare, potatis och gräddsås | Savaräng | Skinkfrestelse |
| Söndag | Porterstek, potatis och sås | Mjuk pepparkaka | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 5 - 27/1-2/2

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|--------------------------------|---|
| Måndag | Pasta Carbonara | Nyponsoppa och skorpa | Champinjonsoppa |
| Tisdag | Panerad fisk, kall sås och potatis | Päronkompott | Kockens val |
| Onsdag | Korv stroganoff och ris | Plommonkaka | Kycklingpanna |
| Torsdag | Ost- och broccolisoppa | Blåbärspaj med vaniljsås | Äggakaka och lingonsylt |
| Fredag | Chili con Carne och matgryn | Fredagsgott | Varmrökt lax och äggröra |
| Lördag | Köttfärslimpa, potatis oh gräddsås | Mandariner och grädde | Smördegssnittar med sallad och dressing |
| Söndag | Helstekt fläskfilé med rotfruktsgratäng och rödvinsky | Ägglikörmousse och chokladrasp | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 6 - 3/2-9/2

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Kycklingkorv och potatismos | Mjuk cotronkaka och grädde | Krämig pasta med kalkon |
| Tisdag | Kasslergratäng | Solskenssoppa | Kycklingsoppa |
| Onsdag | Pizza och sallad | Ananas med kokos-tosca och grädde | Omelett och stuvning |
| Torsdag | Champinjonsoppa | Pannkaka och sylt | Pastagrätäng |
| Fredag | Kyckling, potatis och sås | Fredagsgott | Varm smörgås och sallad |
| Lördag | Pannbiff, stekt lök, potatis och sås | Jordgubbs- och äppelkräm | Räksmörgås |
| Söndag | Fläskkarré, potatis och sås | Pannacotta med bärsås | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 7 - 10/2-16/2

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|----------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|
| Måndag | Kroppkakor och lingon | Chokladmousse | Omelett och prinskorv |
| Tisdag | Chilifiskgryta och potatis | Äppelpaj och vaniljgrädde | Kökets soppa |
| Onsdag | Köttbullar, potatis och sås | Björnbärskräm | Potatisbullar och lingon |
| Torsdag | Klar kycklingsoppa | Mannagrynspudding | Broccolipaj och sallad |
| Fredag | Kalops, potatis och rödbetor | Fredagsgott | Janssons frestelse och ägghalva |
| Lördag | Spätta, potatis och remouladesås | Persikor och grädde | Bondomelett med sallad och dressing |
| Söndag | Dillkött och potatis | Kladdkaka och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 8 - 17/2-23/2

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|------------|------------|------------|
| Måndag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Tisdag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Onsdag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Torsdag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Fredag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Lördag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |
| Söndag | Önskevecka | Önskevecka | Önskevecka |

Vecka 9 - 24/2-1/3

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Korv stroganoff och ris | Päron med kokos- tosca och grädde | Äggröra och prinskorv |
| Tisdag | Potatismoussaka | Blåbärskompott | Sparrissoppa |
| Onsdag | Fiskgratäng och potatis | Chokladpudding och grädde | Kockens val |
| Torsdag | Kött- och grönsakssoppa | Risgrynspannkaka med sylt | Äggakaka och lingon |
| Fredag | Kycklinggryta och matgryn | Fredagsgott | Köttfärsrulle |
| Lördag | Saltsill, gräddsmör och potatis | Päronpaj med vaniljsås | Pizza och sallad |
| Söndag | Pepparrotskött och potatis | Fruktsallad och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 10 - 2/3-8/3

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------|
| Måndag | Pytt i panna, rödbetor och stekt ägg | Morotskaka | Blodkorv och lingon |
| Tisdag | Chilifisk och matgryn | Nyponsoppa och kardemummaskorpa | Italiensk kycklingsoppa |
| Onsdag | Stekt fläsk, bruna bönor och potatis | Jordgubbskräm | Omelett med stuvning |
| Torsdag | Nikkalouktasoppa | Pannkakor och sylt | Falukorv och stuvad blomkål |
| Fredag | Kycklingsås och pasta | Fredagsgott | Crepes med sallad och dressing |
| Lördag | Spätta, potatis och remouladesås | Citronfromage | Broccolipaj och sallad |
| Söndag | Revben, potatis och brunsås | Persikor och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 11 - 9/3-15/3

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| Måndag | Potatismos och korv | Solskenskoppa | Pastapanna |
| Tisdag | Fransk fiskgratäng och potatis | Mjuk citronkaka och grädde | Isterband och stuvad potatis |
| Onsdag | Kyckling i currysås och ris | Björnbärskräm | Ugnspannkaka |
| Torsdag | Spenatsoppa och ägghalva | Mannagrynspudding | Kockens val |
| Fredag | Köttfärslåda, potatis och sås | Fredagsgott | Räkpaj |
| Lördag | Smarrig fisk med räkor och potatis | Fruktmousse | Varm smörgås och tomatsallad |
| Söndag | Slottsgryta och potatis | Chokladkaka med lingon och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 12 - 16/3-22/3

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|-------------------------|--|
| Måndag | Pasta med köttfärssås | Blåbärssoppa | Kockens val |
| Tisdag | Panerad fisk, potatis och kall sås | Falsk kalvdans och sylt | Blomkålssoppa och baconströssel |
| Onsdag | Pannbiff, potatismos och stekt lök | Päron med after eight | Fläskpannkaka |
| Torsdag | Potatis- och purjolökssoppa | Kesokaka och grädde | Inlagd strömming, potatis och hovmästarsås |
| Fredag | Biff stroganoff och ris | Fredagsgott | Omelett med svampstuvning |
| Lördag | Fläkschnitzel, ungsstekt potatis och bearnaisesås | Ananas och vaniljvisp | Pastalåda |
| Söndag | Pepparrotskött och potatis | Brylépudding | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 13 - 23/3-29/3

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|---------------------------|-----------------------------|
| Måndag | Köttbullar och stuvade makaroner | Fruktsoppa | Kockens val |
| Tisdag | Grekisk fiskgratäng och potatis | Hallon- och vaniljmousse | Raggmunkar och bacon |
| Onsdag | Kassler, ris och brunsås | Äppelkräm | Broccoligratäng och sallad |
| Torsdag | Tacosoppa | Pannkakor och sylt | Fiskpudding och skirat smör |
| Fredag | Gulaschgryta på nötfärs och matgryn | Fredagsgott | Pizza och sallad |
| Lördag | Biff á la Lindström, potatis och gräddsås | Savaräng | Skinkfrestelse |
| Söndag | Porterstek, potatis och sås | Chokladpudding och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 14 - 30/3-5/4

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|--------------------------------|--------------------------------------|
| Måndag | Pasta med ost- och skinksås | Päronkompott | Champinjonsoppa |
| Tisdag | Stekt strömming och potatismos | Nyponsoppa och skorpa | Kockens val |
| Onsdag | Köttbullar, potatis och gräddsås | Plommonkaka | Kycklingpanna |
| Torsdag | Gulaschsoppa | Blåbärspaj med vaniljsås | Äggakaka och lingon |
| Fredag | Chili con Carne och matgryn | Fredagsgott | Kockens val |
| Lördag | Kåldolmar, potatis och gräddsås | Mandariner och grädde | Smördegssnittar, sallad och dressing |
| Söndag | Helstekt fläskfilé, rotfruktsgratäng och rödvinssky | Ägglikörmousse och chokladrasp | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 15 - 6/4-12/4

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Kycklingkorv och potatismos | Mjuk citronkaka och grädde | Krämig pasta med kalkon |
| Tisdag | Kasslergratäng | Solskenssoppa | Kycklingsoppa |
| Onsdag | Pizza | Ananas med kokos-tosca och grädde | Omelett och stuvning |
| Torsdag | Grön ärtsoppa och ägghalva | Rabarberpaj och vaniljsås | Pastagrätäng |
| Fredag | Påskbuffé | Påskbakelse | Smörgåstårta |
| Lördag | Helstekt kotlett och buljongpotatis | Pannacotta och bärsås | Crepes med räkstuvning |
| Söndag | Fläskkarré, potatis och sås | Jordgubbs- och äppelkräm | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 16 - 13/4-19/4

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--------------------------------------|---------------------------|----------------------------------|
| Måndag | Kroppkakor och lingon | Chokladmousse | Omelett och prinskorv |
| Tisdag | Chilifiskgryta och potatis | Äppelpaj och vaniljgrädde | Kökets soppa |
| Onsdag | Köttbullar, potatis och gräddsås | Björnbärskräm | Potatisbullar och lingon |
| Torsdag | Klar kycklingsoppa | Mannagrynspudding | Broccoli-och skinkpaj med sallad |
| Fredag | Kalops, potatis och rödbetor | Fredagsgott | Janssons frestelse med ägghalva |
| Lördag | Pannbiff, stekt lök, potatis och sås | Persikor och grädde | Bondomelett och sallad |
| Söndag | Dillkött och potatis | Kladdkaka och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 17 - 6/4-12/4

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---------------------------------|----------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Korv stroganoff och ris | Päron med kokos-tosca och grädde | Äggröra och prinskorv |
| Tisdag | Potatismoussaka | Blåbärskompott | Sparrissoppa |
| Onsdag | Fiskgratäng och potatis | Chokladpudding och grädde | Kockens val |
| Torsdag | Kött- och grönsakssoppa | Risgrynspannkaka och sylt | Äggakaka och lingon |
| Fredag | Kycklinggryta och matgryn | Fredagsgott | Köttfärsrulle |
| Lördag | Saltsill, gräddsmör och potatis | Päronpaj med vaniljsås | Pizza och sallad |
| Söndag | Pepparrotskött och potatis | Fruksallad med grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 18 - 27/4-3/5

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| Måndag | Pytt i panna, rödbetor och stekt ägg | Morotskaka | Blodkorv och lingon |
| Tisdag | Chilifisk och matgryn | Nyponsoppa och skorpa | Italiensk kycklingsoppa |
| Onsdag | Stekt fläsk, potatis och löksås | Jordgubbskräm | Omelett och stuvning |
| Torsdag | Nikkalouktasoppa | Pannkakor och sylt | Falukorv och stuvad blomkål |
| Fredag | Kycklingsås och pasta | Fredagsgott | Crepes med sallad och dressing |
| Lördag | Spätta, potatis och remouladesås | Citronfromage | Ostpaj och sallad |
| Söndag | Revben, potatis och brunsås | Persikor och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 19 - 4/5-10/5

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
| Måndag | Potatismos och korv | Solskenssoppa | Pastapanna |
| Tisdag | Fransk fiskgratäng och potatis | Mjuk citronkaka och grädde | Isterband och stuvad potatis |
| Onsdag | Kyckling i currysås och ris | Björnbärskräm | Ugnspannkaka |
| Torsdag | Spenatsoppa och ägghalva | Mannagrynspudding | Kockens val |
| Fredag | Köttfärslåda, potatis och sås | Fredagsgott | Räkpaj |
| Lördag | Smarrig fisk med räkor och potatis | Fruktmousse | Varm smörgås och tomatsallad |
| Söndag | Slottsgryta och potatis | Chokladkaka med lingon och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 20 - 11/5-17/5

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|-------------------------|--|
| Måndag | Pasta med köttfärssås | Blåbärssoppa | Kockens val |
| Tisdag | Panerad fisk, potatis och kall sås | Falsk kalvdans och sylt | Blomkålssoppa och baconströssel |
| Onsdag | Pannbiff, potatismos och stekt lök | Päron med after eight | Fläskpannkaka |
| Torsdag | Thailändsk kycklingsoppa | Kesokaka och grädde | Inlagd strömming, potatis och hovmästarsås |
| Fredag | Biff stroganoff och ris | Fredagsgott | Omelett med räkstuvning |
| Lördag | Fläkschnitzel, ugnstekta potatis och bearnaisesås | Ananas och vaniljvisp | Pastalåda |
| Söndag | Pepparrotskött och potatis | Brylépudding | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 21 - 18/5-24/5

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|--------------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| Måndag | Köttbullar och stuvade makaroner | Fruktsoppa | Kockens val |
| Tisdag | Grekisk fiskgratäng och potatis | Hallon- och vaniljmousse | Raggmunkar och bacon |
| Onsdag | Kassler, ris och sås | Äppelkräm | Broccolipaj och sallad |
| Torsdag | Tomatsoppa med pasta | Pannkakor och sylt | Fiskpudding och skirat smör |
| Fredag | Gulaschgryta på nötfärs och matgryn | Fredagsgott | Pizza och sallad |
| Lördag | Biff á la Lindström, potatis och sås | Savaräng | Skinkfrestelse |
| Söndag | Porterstek, potatis och sås | Chokladpudding och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 22 - 25/5-31/5

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---|--------------------------------|--------------------------------------|
| Måndag | Pasta med ost- och skinksås | Päronkompott | Champinjonsoppa |
| Tisdag | Stekt strömming och potatismos | Nyponsoppa och skorpa | Kockens val |
| Onsdag | Köttbullar, potatis och gräddsås | Plommonkaka | Kycklingpanna |
| Torsdag | Ost- och broccolisoppa | Blåbärspaj med vaniljsås | Äggakaka och lingon |
| Fredag | Chili con Carne och matgryn | Fredagsgott | Kockens val |
| Lördag | Kåldolmar, potatis och gräddsås | Mandariner och grädde | Smördegssnittar, sallad och dressing |
| Söndag | Helstekt fläskfilé, rotfruktsgratäng och rödvinssky | Ägglikörmousse och chokladrasp | Risgrynsgröt och smörgås |

Vecka 23 - 1/6-7/6

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Potatismos och ugnstekt falukorv | Mjuk citronkaka och grädde | Krämig pasta med kalkon |
| Tisdag | Kasslergratäng | Solskenssoppa | Kycklingsoppa |
| Onsdag | Pizza | Ananas med kokos-tosca och grädde | Omelett och stuvning |
| Torsdag | Spenatsoppa och ägghalva | Rabarberpaj och vaniljsås | Äggöra och köttbullar |
| Fredag | Köttgryta och potatis | Fredagsgott | Pastagrätäng |
| Lördag | Helstekt kotlett och buljongpotatis | Pannacotta och bärås | Crepes med räkstuvning |
| Söndag | Fläskkarré, potatis och sås | Jordgubbs- och äppelkräm | Risgrynsgröt och smörgås |





Vecka 24 - 8/6-14/6

| Måltid | Lunch | Efterrätt | Kvällsmat |
|----------------|---------------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| Måndag | Korv stroganoff och ris | Päron med kokostosca och grädde | Äggröra och prinskorv |
| Tisdag | Potatismoussaka | Blåbärskompott | Sparrissoppa |
| Onsdag | Fiskgratäng och potatis | Chokladpudding och grädde | Kockens val |
| Torsdag | Kockens val | Risgrynspannkaka med sylt | Äggakaka och lingon |
| Fredag | Kycklinggryta och matgryn | Fredagsgott | Köttfärsrulle |
| Lördag | Saltsill, gräddsmör och potatis | Päronpaj med vaniljsås | Pizza och sallad |
| Söndag | Pepparrotskött och potatis | Fruksallad och grädde | Risgrynsgröt och smörgås |





Har du frågor om matsedeln?

Kontakta gärna oss i Måltidsverksamheten:

Måltidschef

Cecilia Blidö
0478-125 00

Kontakt direkt till tillagningskök

Lessebo 0478- 126 73
Hovmantorp Sjöglimten 0478-12757
Kosta 0478-127 27
Skruv 0478-127 02

Välkommen till våra matsalar!

Köken reserverar sig för matsedels-ändringar som kan uppstå på grund av eventuella råvarubrister samt för leverans- och produktionsstörningar.

Instagram och blogg

Följ gärna vårt Instagramkonto:
@lessebomaltid.

På Instagram presenterar vi måltiderna som serveras och annat som händer i verksamheten.

Följ gärna bloggen: **Lessebo Måltid**

Du hittar bloggen på Lessebo kommuns hemsida via denna direktlänk:
lessebo.se/lessebomaltid

På bloggen kan du ta del av mer information om måltidsverksamhetens arbete för att skapa matglädje i köken och för våra matgäster. Vi försöker ge svar på frågor om vår verksamhet, våra måltider, om kostråd och mycket annat.

Om måltiderna

I omsorgen erbjuds dagligen en varierad meny till frukost, lunch och kvällsmål. Till måltiderna serveras varje dag en variation av fiberrika grönsaker, rotfrukter, baljväxter och salladsgrönsaker. Flera olika måltidsdrycker. Dessutom serveras knäckebröd och smörgåsfett. Vid servering av soppa serveras även mjukt bröd med pålägg. Vi försöker erbjuda säsongsvaryerade maträtter som tar hänsyn till årstider och högtider. Vi vill också göra skillnad på vardag och helg med lite festligare måltider under veckoslutet.

Måltidsverksamhetens målsättning är att bidra till klimatsmarta måltider, låta våra matgäster upptäcka nya smaker och få spännande måltidsupplevelser.

