

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 29</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 13 jul	Ugnsstekt falukorv, senapssås, kokt potatis och kokta grönsaker  Mangosoppa	Fiskbullar, hummersås, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>TISDAG</b> 14 jul	Fiskburgare, kall dillsås, kokt potatis och kokta grönsaker  Hemlagad jordgubbskräm	Köttsoppa (klar soppa med rotfrukter), mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> 15 jul	Kåldolmar, gräddsås, kokt potatis & lingonbärberedning  Nyponsoppa	Hemlagad ugnspannkaka, grädde & jordgubbsbärberedning
<b>TORSDAG</b> 16 jul	Rostad rotfruktssoppa  Rabarberpaj & vaniljsås	Korvgryta med morötter och kokt potatis
<b>FREDAG</b> 17 jul	Fläskgryta med svamp & bacon, kokt potatis och kokta grönsaker  Fruktsoppa	Falsk sjömansbiff & inlagd gurka
<b>LÖRDAG</b> 18 jul	Pannbiff, brynt lök, gräddsås, kokt potatis och kokta grönsaker  Jordgubbar & vispgrädde	Rökt skinka, mimosasallad och kokt potatis
<b>SÖNDAG</b> 19 jul	Gratinerad kyckling med mango, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker  Ananasmousse	Matjessill, ägghalva, gräddfil med gräslök, tomat och kokt potatis



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 30</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 20 jul	Vildsvinsgryta med rotfrukter & rödvin och kokt potatis Blåbärssoppa	Grillkorv, gurkmajonäs och klyftpotatis
<b>TISDAG</b> 21 jul	Köttkorv, pepparrotssås, kokt potatis och kokta grönsaker Tropisk kräm	Blomkålssoppa, mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> 22 jul	Hemlagad lasagne på ärt & bondböna och kokta grönsaker Hemlagad apelsinsoppa med banan	Kycklingköttbullar, dragonsås, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>TORSDAG</b> 23 jul	Mexicanasoppa (klar kycklingsoppa med majs) Falsk kalvdans, grädde och jordgubbsbärberedning	Fiskpudding, skirat smör och kokta grönsaker
<b>FREDAG</b> 24 jul	Pulled pork, creme fraiche, rostad kulpotatis och picklad rödlök Päronkräm	Kalvsylta, rödbetsallad och kokt potatis
<b>LÖRDAG</b> 25 jul	Apelsin & chilibakad fisk, kokt potatis och kokta grönsaker Vaniljpannacotta	Korvfrestelse och kokta grönsaker
<b>SÖNDAG</b> 26 jul	Dillköttgryta, kokt potatis och kokta grönsaker Hallonsorbet & persikosås	Kassler, fransk potatissallad och kall örtsås

\*Med reservation för eventuella ändringar.  
Matsedeln finns även på [www.ostersund.se](http://www.ostersund.se)

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 31</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 27 jul	Stekt sej, remouladsås, kokt potatis och kokta grönsaker  Hemlagad svartvinbärskräm	Oxpytt, gräddsås och inlagda rödbetor
<b>TISDAG</b> 28 jul	Fläsklägg med sky, senapssås, kokt potatis och kokta grönsaker  Kesomalta med mandarin	Ängamat (hemlagad redd grönsakssoppa), mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> 29 jul	Falukorv med bostontäcke, kokt potatis och kokta grönsaker  Mangokräm	Tunnpannkaka, jordgubbsbärberedning och grädde
<b>TORSDAG</b> 30 jul	Cowboysoppa (soppa med köttfärs, paprika & potatis) Ananaspaj och vaniljgrädde	Hemlagad laxpudding, skirat smör och kokta grönsaker
<b>FREDAG</b> 31 jul	Korvgryta med paprika och kokt ris/kokt potatis  Hallonsoppa	Järpar, brunsås, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>LÖRDAG</b> 01 aug	Fiskgratäng med kaviar & dill, kokt potatis och kokta grönsaker  Fruktcocktail och vispgrädde	Thaigryta med kyckling (lime & kokosmjölk) och kokt potatis/kokt ris
<b>SÖNDAG</b> 02 aug	Marinerad kotletrad, creme fraiche med soltorkad tomat & basilika, rostad kulpotatis och kokta grönsaker  Citronfromage	Rökt skinka, dallassallad och kokt potatis

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 32</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 03 aug	Hawaiiigryta (fläskkött & ananas), kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Nyponsoppa	Potatisbullar, keso och lingonbärberedning
<b>TISDAG</b> 04 aug	Köttfärssås, makaroner och kokta grönsaker Fruktkräm	Potatis & purjolökssoppa, mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> 05 aug	Stekt fläsk, löksås, kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad björnbärskrä	Krämig rosépepparsill, ägghalva, tomat och kokt potatis
<b>TORSDAG</b> 06 aug	Fisk & skaldjursoppa med vitlöksklick Kesokaka med mandel, jordgubbsbärberedning & vispgrädde	Kycklingnuggets, sötsur sås, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
<b>FREDAG</b> 07 aug	Pannbiff, tomat & dragonsås kokt potatis och kokta grönsaker Päronsoppa	Skinksås med ädelost, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>LÖRDAG</b> 08 aug	Kokt sejfilé, dillsås, kokt potatis och kokta grönsaker Glasstrut med jordgubb	Prinskorv, stuvade morötter och kokt potatis
<b>SÖNDAG</b> 09 aug	Fläkschnitzel med rödvinssås, rostad kulpotatis och kokta grönsaker Chokladmousse och mandariner	Kycklingfilé, krämig pastasallad & tomat

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 33</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> <b>10 aug</b>	Ugnsstekt falukorv, stuvade makaroner och kokta grönsaker  Aprikossoppa	Leverbiff, gräddsås, lingonbärberedning, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>TISDAG</b> <b>11 aug</b>	Fisk under frasigt täcke, kokt potatis och kokta grönsaker  Drottningkräm	Broccolisoppa, mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> <b>12 aug</b>	Mustig köttgryta med kapris & syltlök, kokt potatis och kokta grönsaker  Körsbärssoppa	Grillkorv, hemgjord räksallad & klyftpotatis
<b>TORSDAG</b> <b>13 aug</b>	Renfärssoppa & pepparrotsklick  Blåbärsgrädde i väffelstrut	Krämig fiskgryta och kokt potatis
<b>FREDAG</b> <b>14 aug</b>	Chili con carne med majs och kokt ris/ kokt potatis  Tropisk soppa	Makaronipudding, skirat smör och kokta grönsaker
<b>LÖRDAG</b> <b>15 aug</b>	Fiskgratäng med tomat & champinjoner, kokt potatis och kokta grönsaker  Glass & romrussin	Kycklingbiff, rosépepparsås, kokt potatis och kokta grönsaker
<b>SÖNDAG</b> <b>16 aug</b>	Fläskkarré, plommonsås, rostad kulpotatis och kokta grönsaker  Päron & vispgrädde	Korv Stroganoff kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN

# Häradsgården

## Heldag

<i>Vecka 34</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 17 aug	Skärgårdstorsk, hollandaisesås, kokt potatis och kokta grönsaker Mangosoppa	Gräddstuvad korvpytt och inlagda rödbetor
<b>TISDAG</b> 18 aug	Kalops, kokt potatis och inlagda rödbetor Hemlagad krusbärskräm	Kryddig linssoppa med kokosmjölk, mjukt bröd och pålägg
<b>ONSDAG</b> 19 aug	Lappskojs & pressgurka Blåbärskräm	Rotfruktsplättar & lingongräddefil
<b>TORSDAG</b> 20 aug	Surströmming med tillbehör /Kycklingköttbullar med brunsås etc Bärkaka med hallon & vaniljgrädde	Kassler, krämig potatissallad med kapris & äpple och kokt grönsak
<b>FREDAG</b> 21 aug	Kebabskavgryta, vitlöksklick, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad apelsinsoppa	Kokt korv, hemlagat potatismos och kokta grönsaker
<b>LÖRDAG</b> 22 aug	Limegratinerad fisk, kokt potatis och kokta grönsaker Glassbåt	Kycklinggryta med skinka & dragon, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
<b>SÖNDAG</b> 23 aug	Skinkstek, rödvinssås, potatisgratäng och kokta grönsaker Chokladpudding & vispgrädde	Bondomelett, skirat smör och kokta grönsaker

\*Med reservation för eventuella ändringar.  
Matsedeln finns även på [www.ostersund.se](http://www.ostersund.se)