

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 33</i>                 | <i>LUNCH</i>                                                                                               | <i>MIDDAG</i>                                                          |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br><b>11 aug</b>  | Ugnsstekt falukorv,<br>senapssås, kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Mangosoppa                    | Pasta, laxsås och<br>kokta grönsaker                                   |
| <b>TISDAG</b><br><b>12 aug</b>  | Fiskgratäng med rotsaker och<br>kokt potatis<br><br>Hemlagad jordgubbskräm                                 | Ugnspannkaka, vispad grädde<br>och sylt                                |
| <b>ONSDAG</b><br><b>13 aug</b>  | Kålpudding, gräddsås,<br>kokt potatis & lingonsylt<br><br>Nyponsoppa                                       | Korvgryta med paprika och<br>kokt ris/kokt potatis                     |
| <b>TORSDAG</b><br><b>14 aug</b> | Rostad rotfruktssoppa<br><br>Falsk kalvdans,<br>grädde och sylt                                            | Östersundslåda<br>(isterbandslåda med potatis)<br>och inlagda rödbetor |
| <b>FREDAG</b><br><b>15 aug</b>  | Fläskgryta med svamp &<br>bacon, kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Hemlagad blandad<br>fruktsoppa | Fiskbullar, hummersås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker          |
| <b>LÖRDAG</b><br><b>16 aug</b>  | Pannbiff, lötsky, kokt potatis<br>och kokta grönsaker<br><br>Kesomalta med mandarin                        | Ost & skinkpaj, Rhode island-<br>dressing och kokta grönsak            |
| <b>SÖNDAG</b><br><b>17 aug</b>  | Gratinerad kyckling,<br>kokt ris/kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Lingonfromage                  | Kalvsylta, rödbetssallad och<br>kokt potatis                           |



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 34</i>          | <i>LUNCH</i>                                                                                                           | <i>MIDDAG</i>                                                                         |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br>18 aug  | Biff Stroganoff, kokt potatis<br>och kokta grönsaker<br>Drottningkräm                                                  | Blodpudding, baconsås och<br>kokta grönsaker                                          |
| <b>TISDAG</b><br>19 aug  | Hemlagad pölsa, kokt potatis<br>och inlagda rödbetor<br>Hemlagad apelsinsoppa                                          | Biff Lindström, kaprissås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker                     |
| <b>ONSDAG</b><br>20 aug  | Hemlagad lasagne och<br>kokta grönsaker<br>Tropisk kräm                                                                | Potatisbullar, keso, lingonsylt<br>och kokta grönsaker                                |
| <b>TORSDAG</b><br>21 aug | Köttbullar, gräddsås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br>(Surströmming med tillbehör)<br>Hemlagad jordgubbskräm | Mustig kycklinggryta med<br>vitlök, örter & wokgrönsaker<br>och kokt ris/kokt potatis |
| <b>FREDAG</b><br>22 aug  | Köttkorv, pepparrotssås, kokt<br>potatis och kokta grönsaker<br>Päronkräm                                              | Skinksås, fusilli och<br>kokta grönsaker                                              |
| <b>LÖRDAG</b><br>23 aug  | Apelsin & chilibakad fisk,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br>Mangopannacotta                                   | Kassler, cheddarsås, kokt<br>potatis och kokta grönsaker                              |
| <b>SÖNDAG</b><br>24 aug  | Viltfärsfrestelse och<br>lingonaioli<br>Glass och strössel                                                             | Prinskorv, senapssås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker                          |

\*Med reservation för eventuella ändringar.

Matsedeln finns även på [www.ostersund.se](http://www.ostersund.se)

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 35</i>                 | <i>LUNCH</i>                                                                                                          | <i>MIDDAG</i>                                                                  |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br><b>25 aug</b>  | Sprödbakad torskfilé, stuvad spenat och kokt potatis<br>Hemlagad svartvinbärskräm                                     | Oxpytt, gräddsås och inlagda rödbetor                                          |
| <b>TISDAG</b><br><b>26 aug</b>  | Texmexbiff, salsasås, kokt potatis och kokta grönsaker<br>Hemlagad körsbärssoppa                                      | Tunnpannkaka, vispad grädde & sylt                                             |
| <b>ONSDAG</b><br><b>27 aug</b>  | Fläsklägg med sky, rotmos och kokta grönsaker<br>Mangokräm                                                            | Currygryta med kycklingkorv & äpple, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker |
| <b>TORSDAG</b><br><b>28 aug</b> | Gulaschsoppa (klar kötsoppa med grönsaker)<br>Ostkaka, sylt & grädde                                                  | Krämig fiskgryta och kokt potatis                                              |
| <b>FREDAG</b><br><b>29 aug</b>  | Falukorv med bostontäcke, kokt potatis och kokta grönsaker<br>Hallonkräm                                              | Rökt skinka, stuvad blomkål och kokt potatis                                   |
| <b>LÖRDAG</b><br><b>30 aug</b>  | Fisk Bonjour, kokt potatis och kokta grönsaker<br>Fruktcocktail och vispgrädde                                        | Thaigryta med kyckling (lime & kokosmjölk) och kokt potatis/kokt ris           |
| <b>SÖNDAG</b><br><b>31 aug</b>  | Marinerad kotlettråd, creme fraiche med saltorkad tomat & basilika, klyftpotatis och kokta grönsaker<br>Citronfromage | Järpar, brunsås, kokt potatis och kokta grönsaker                              |

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 36</i>                 | <i>LUNCH</i>                                                                                     | <i>MIDDAG</i>                                                          |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br><b>01 sep</b>  | Kokt hokifilé, dillsås, kokt potatis och kokta grönsaker<br>Nyponsoppa                           | Skinksås med ädelost, fusilli och kokta grönsaker                      |
| <b>TISDAG</b><br><b>02 sep</b>  | Köttfärssås, makaroner och kokta grönsaker<br>Kesomalta & jordgubbskompott                       | Rotfruktsplättar & lingongräddfil                                      |
| <b>ONSDAG</b><br><b>03 sep</b>  | Stekt fläsk, vitsås, paltbröd och kokta grönsaker<br>Drottningmousse                             | Fiskgryta med grönsaker och kokt potatis                               |
| <b>TORSDAG</b><br><b>04 sep</b> | Potatis & purjolökssoppa<br>Blåbärspaj & vaniljsås                                               | Gräddstuvad korvpytt och inlagd gurka                                  |
| <b>FREDAG</b><br><b>05 sep</b>  | Pizza Capricciosa (skinka & champinjon), kall bearnaisesås och pizzasallad<br>Hemlagad fruktkräm | Prinskorv, stuvade morötter och kokt potatis                           |
| <b>LÖRDAG</b><br><b>06 sep</b>  | Hemlagad pannbiff, brunsås, kokt potatis och kokta grönsaker<br>Persikor & hallonkesella         | Kycklingnuggets, sötsur sås, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker |
| <b>SÖNDAG</b><br><b>07 sep</b>  | Fläskkarré, timjansås, klyftpotatis och kokta grönsaker<br>Chokladmousse                         | Inlagd sill, gräddfil med gräslök, ägghalva, tomat och kokt potatis    |

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 37</i>                 | <i>LUNCH</i>                                                                                        | <i>MIDDAG</i>                                                           |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br><b>08 sep</b>  | Ugnsstekt falukorv och<br>solskensmos<br>Hemlagad aprikossoppa                                      | Leverbiff, gräddsås,<br>lingonsylt, kokt potatis och<br>kokta grönsaker |
| <b>TISDAG</b><br><b>09 sep</b>  | Apelsin & chilibakad fisk,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br>Ägglikörmousse                 | Potatisbullar, bacon,<br>lingonsylt och<br>kokta grönsaker              |
| <b>ONSDAG</b><br><b>10 sep</b>  | Hawaiiigryta (fläskkött &<br>ananas), kokt ris/kokt potatis<br>och kokta grönsaker<br>Drottningkräm | Laxfrestelse och<br>kokta grönsaker                                     |
| <b>TORSDAG</b><br><b>11 sep</b> | Husets ärtsoppa med fläsk<br>Tunnpannkaka & sylt                                                    | Korv Stroganoff kokt ris/kokt<br>potatis och kokta grönsaker            |
| <b>FREDAG</b><br><b>12 sep</b>  | Chili con carne med majs och<br>kokt ris/ kokt potatis<br>Hemlagad exotisk fruktsoppa               | Makaronipudding, skirat smör<br>och kokta grönsaker                     |
| <b>LÖRDAG</b><br><b>13 sep</b>  | Fiskgratäng med tomat &<br>champinjoner, kokt potatis<br>och kokta grönsaker<br>Glass & kolasås     | Kycklingbiff, rosépepparsås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker     |
| <b>SÖNDAG</b><br><b>14 sep</b>  | Skinkstek, rödvinssås,<br>potatisgratäng och<br>kokta grönsaker<br>Päron & vispgrädde               | Köttbullar, gräddsås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker            |

# Häradsgården

## Heldag

| <i>Vecka 38</i>                 | <i>LUNCH</i>                                                                                                       | <i>MIDDAG</i>                                                                      |
|---------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>MÅNDAG</b><br><b>15 sep</b>  | Skärgårdstorsk, holländaisås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Hemlagad äppelsoppa                    | Biff Lindström, kaprissås,<br>kokt potatis och<br>kokta grönsaker                  |
| <b>TISDAG</b><br><b>16 sep</b>  | Kalops, kokt potatis och<br>inlagda rödbetor<br><br>Hemlagad krusbärskräm                                          | Raggmunk, lingongräddfil och<br>kokta grönsaker                                    |
| <b>ONSDAG</b><br><b>17 sep</b>  | Fisk & skaldjurssoppa med<br>vitlösklick<br><br>Morotskaka                                                         | Kycklinglasagne och<br>kokta grönsaker                                             |
| <b>TORSDAG</b><br><b>18 sep</b> | Lappskojs & pressgurka<br><br>Blåbärskräm                                                                          | Prinskorv, stuvad spenat och<br>kokt potatis                                       |
| <b>FREDAG</b><br><b>19 sep</b>  | Fiskgratäng med ananas &<br>curry, kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Hemlagad apelsinsoppa                | Kycklinggryta med skinka &<br>dragon, kokt ris/kokt potatis<br>och kokta grönsaker |
| <b>LÖRDAG</b><br><b>20 sep</b>  | Fläskkarré, plommonsås,<br>klyftpotatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Vaniljmousse & mangosås                      | Gräddstuvad korvpytt och<br>inlagd gurka                                           |
| <b>SÖNDAG</b><br><b>21 sep</b>  | Kebabskavgryta, vitlösklick,<br>kokt ris/kokt potatis och<br>kokta grönsaker<br><br>Chokladpudding &<br>vispgrädde | Bondomelett, skirat smör och<br>kokta grönsaker                                    |