

Hemgården

Heldag

<i>Vecka 3</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 13 jan	Ugnstekt falukorv, stuvade morötter och kokt potatis Mangosoppa	Fiskbullar, hummersås, kokt potatis och kokta grönsaker
TISDAG 14 jan	Kåldolmar, gräddsås, kokt potatis & lingonsylt Hemlagad aprikoskräm	Potatisbullar, keso, lingonsylt och kokta grönsaker
ONSDAG 15 jan	Stekt strömmingsflundra, hemlagat potatismos och kokta grönsaker Nyponsoppa	Korvstroganoff, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
TORSDAG 16 jan	Morotssoppa med kokosmjölk Falsk kalvdans, grädde och sylt	Kycklinglasagne och kokta grönsaker
FREDAG 17 jan	Dillköttgryta, kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad blandad fruktsoppa	Fläskkarré, plommonsås, kokt potatis och kokta grönsaker
LÖRDAG 18 jan	Pannbiff, grönpepparsås, kokt potatis och kokt grönsak Kesomalta med mandarin	Tacopaj, vitlökssås och kokta grönsak
SÖNDAG 19 jan	Fläkschnitzel med rödvinssås, potatisgratäng och kokta grönsaker Lingonfromage	Pasta, laxsås och kokta grönsaker

Hemgården

Heldag

<i>Vecka 4</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 20 jan	Mustig köttgryta med syltlök och kapris, kokt potatis och kokta grönsaker Blåbärssoppa	Köttbullar, brunsås, kokt potatis och kokt grönsak
TISDAG 21 jan	Hemlagad lasagne och kokta grönsaker Tropisk kräm	Fiskpudding, skirat smör och kokta grönsaker
ONSDAG 22 jan	Hemlagad pölsa, kokt potatis och inlagda rödbetor Apelsinsoppa	Rotfruktsplättar & lingongräddefil
TORSDAG 23 jan	Mexicanasopa Äppelpaj & vaniljsås	Texmexbiff, timjansås, kokt potatis och kokta grönsaker
FREDAG 24 jan	Köttkorv, pepparrotssås, kokt potatis och kokta grönsaker Änglamat	Skinksås, pasta och kokta grönsaker
LÖRDAG 25 jan	Apelsin & chilibakad fisk, kokt potatis och kokta grönsaker Moccapannacotta	Kassler, cheddarsås, kokt potatis och kokta grönsaker
SÖNDAG 26 jan	Jägargryta, kokt potatis och kokta grönsaker Glass och kolasås	Köttfärsfrestelse med morot

Hemgården

Heldag

<i>Vecka 5</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 27 jan	Sprödbakad torskfilé, stuvad spenat och kokt potatis Hemlagad svartvinbärskräm	Oxpytt, gräddsås och inlagda rödbetor
TISDAG 28 jan	Fläsklägg med sky, rotmos och kokta grönsaker Körsbärssoppa	Tunnpannkaka, vispad grädde & sylt
ONSDAG 29 jan	Currygryta med kycklingkorv & äpple, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Mangokräm	Pannbiff, dragonsås, kokt potatis och kokta grönsaker
TORSDAG 30 jan	Gulaschsoppa Morotskaka	Krämig fiskgryta och kokt potatis
FREDAG 31 jan	Kalops, kokt potatis och inlagda rödbetor Hallonkräm	Broccoligratäng med rökt skinka och kokt potatis
LÖRDAG 01 feb	Fisk Bonjour, kokt potatis och kokta grönsaker Persikor och vispgrädde	Kycklinggryta med citron & ingefära, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
SÖNDAG 02 feb	Marinerad kotletråd, creme fraiche med saltorkad tomat & basilika, klyftpotatis och kokta grönsaker Citronfromage	Järpar, timjansås, kokt potatis och kokt grönsak



Hemgården

Heldag

<i>Vecka 6</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 03 feb	Kokt hokifilé, citronsås, kokt potatis och kokta grönsaker Nyponsoppa	Kycklingnuggets, sötsur sås, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
TISDAG 04 feb	Stekt fläsk, vitsås, paltbröd och kokta grönsaker Kesomalta jordgubbskompott	Makaronipudding, skirat smör och kokta grönsaker
ONSDAG 05 feb	Köttfärssås, makaroner och kokta grönsaker Drottningmousse	Fiskgryta med grönsaker och kokt potatis
TORSDAG 06 feb	Renskov, hemlagat potatismos, lingonchutney och kokta grönsaker Våffelstrut & hjortrongrädde	Blomkålsgratäng med skinka och kokt potatis
FREDAG 07 feb	Pizza Capricciosa, kall bearnaisesås och pizzasallad Hemlagad jordgubbskräm	Inlagd sill, gräddfil med gräslök, ägghalva, tomat och kokt potatis
LÖRDAG 08 feb	Biff Lindström, kaprissås, kokt potatis och kokta grönsaker Fruksallad & vispgrädde	Köttgryta med pepparrot, kokt potatis och kokta grönsaker
SÖNDAG 09 feb	Fläskkarré, timjansås, klyftpotatis och kokta grönsaker Chokladkräm	Pastagrätäng med kyckling och ädelost och kokta grönsaker

*Med reservation för eventuella ändringar.
Matsedeln finns även på www.ostersund.se

Hemgården

Heldag

<i>Vecka 7</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 10 feb	Stekt sejfilé, remouladsås kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad aprikossoppa	Leverbiff, gräddsås med lingon, kokt potatis och kokta grönsaker
TISDAG 11 feb	Ugnstekt falukorv, stuvad palsternacka och kokt potatis Ägglikörmousse	Potatisbullar, bacon, lingonsylt och kokta grönsaker
ONSDAG 12 feb	Hawaiiigryta, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Drottningkräm	Laxfrestelse och kokta grönsaker
TORSDAG 13 feb	Husets ärtsoppa med fläsk Tunnpannkaka & sylt	Hamburgare, bröd, dressing, och rostad lök
FREDAG 14 feb	Chili con carne med majs och kokt ris/ kokt potatis Vaniljhjärta	Köttkorv, senapssås, kokt potatis och kokta grönsaker
LÖRDAG 15 feb	Fiskgratäng med ananas & curry, kokt potatis och kokta grönsaker Glass & chokladsås	Kycklingbiff, rosépepparsås, kokt potatis och kokta grönsaker
SÖNDAG 16 feb	Skinkstek, rödvinssås, potatisgratäng och kokta grönsaker Päron & vispgrädde	Korvgryta med rotfrukter och kokt potatis

Särskilt boende 3-8

Heldag

<i>Vecka 8</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
MÅNDAG 17 feb	Skärgårdstorsk, hollandaisesås, kokt potatis och kokta grönsaker Äppelsoppa	Köttbullar, brunsås, kokt potatis och kokta grönsaker
TISDAG 18 feb	Korv Forsell, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad krusbärskrä	Raggmunk, lingongräddfil och kokta grönsaker
ONSDAG 19 feb	Lappskojs & pressgurka Blåbärssoppa	Östersundslåda och inlagda rödbetor
TORSDAG 20 feb	Fisk- & skaldjurssoppa med vitlöxsklick Aprikoser & hallonkesella	Prinskorv, stuvad blomkål och kokt potatis
FREDAG 21 feb	Fläskkarré, plommonsås, kokt potatis och kokta grönsaker Hemlagad apelsinsoppa	Kycklinggryta med skinka & dragon, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker
LÖRDAG 22 feb	Kokt fisk, persiljesås med ägg, kokt potatis och kokta grönsaker Vaniljmousse & mangosås	Gräddstuvad korvpytt och inlagd gurka
SÖNDAG 23 feb	Kebabskavgryta, vitlöxsklick, kokt ris/kokt potatis och kokta grönsaker Chokladpudding & vispgrädde	Bondomelett, skirat smör och kokta grönsaker