

# Meny SÄBO 39-44

## Heldag

<i>Vecka 39</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 26 sep	Sprödbakad torskfilé, sauce verte och kokt potatis  Blåbärskräm	Prinskorv, champinjonsstuvning och kokt potatis
<b>TISDAG</b> 27 sep	Kålpudding, brunsås, kokt potatis, kokt grönsak och lingonsylt  Lingonfromage	Broccolisoppa/risgrynsgröt, örtolja, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 28 sep	Korvgryta med rotsaker och kokt potatis  Mangosoppa	Raggmunk med bacon och lingonsylt
<b>TORSDAG</b> 29 sep	Potatis- & purjosoppa och örtolja  Kalvdans, sylt & vispgrädde	Fiskpudding, skirat smör och kokt grönsak
<b>FREDAG</b> 30 sep	Fläskgryta med bacon & svamp, kokt ris/kokt potatis och kokt grönsak  Nyponsoppa	Kycklinglasagne och kokt grönsak
<b>LÖRDAG</b> 1 okt	Hemlagad pannbiff, gräddsås, kokt potatis och kokt grönsak  Hemlagad jordgubbskräm	Krämig rosépepparsill, ägghalva, tomat och kokt potatis
<b>SÖNDAG</b> 2 okt	Mustig kycklinggryta med örter & wokgrönsaker och kokt ris/kokt potatis  Aprikoser & vispgrädde	Pastasås med skinka & ädelost, ekologisk fusilli och kokt grönsak

**Vill du veta vilket land råvarorna kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

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

# Meny SÄBO 39-44

## Heldag

<i>Vecka 40</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 3 okt	Falukorv, senapssås kokt potatis och kokt grönsak  Blåbärssoppa	Laxbullar, citronsås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>TISDAG</b> 4 okt	Husets pölsa, kokt potatis och inlagda rödbetor  Nygräddad kanelbulle (kanelbullens dag)	Mexicanasoppa, vitlöksklick, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 5 okt	Panerad torskbit, remouladsås, kokt potatis och kokt grönsak  Aprikoskräm	Pytt i panna, gräddsås och inlagda rödbetor
<b>TORSDAG</b> 6 okt	Husets ärtsoppa med fläsk  Tunnpannkaka & sylt	Köttgryta med pepparrot, kokt potatis och kokt grönsak
<b>FREDAG</b> 7 okt	Köttbullar, gräddsås, kokt potatis och kokt grönsak  Svartvinbärssoppa	Potatisbullar, keso, lingonsylt och kokt grönsak
<b>LÖRDAG</b> 8 okt	Fiskgratäng med tomat och champinjoner, kokt potatis och kokt grönsak  Glass & mangosås	Helgskinka, legymsallad och kokt potatis
<b>SÖNDAG</b> 9 okt	Fläskkarré, plommonsky, potatisgratäng och kokt grönsak  Chokladmousse & mandariner	Leverbiff, stuvad vitkål och kokt potatis

**Vill du veta vilket land råvarorna kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

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

# Meny SÄBO 39-44

Heldag

<i>Vecka 41</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 10 okt	Chili con carne med majs och kokt ris/kokt potatis  Hemlagad Jordgubbskräm	Blodpudding, baconsås och kokt grönsak
<b>TISDAG</b> 11 okt	Olles fisksoppa  Äppelpaj & vaniljsås	Köttkorv, senapssås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>ONSDAG</b> 12 okt	Hemlagad fläskpannkaka, lingonsylt och kokt grönsak  Exotisk fruktsoppa	Kycklingbiff, tzatziki, kokt potatis och kokt grönsak
<b>TORSDAG</b> 13 okt	Isterband, stuvad potatis och inlagda rödbetor  Drottningmouse	Blomkålssoppa/risgrynsgröt, örtolja, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>FREDAG</b> 14 okt	Kokt sejfilé, persiljesås med ägg, kokt potatis och kokt grönsak  Apelsin & banansoppa	Falukorv med bostontäcke, kokt potatis och kokt grönsak
<b>LÖRDAG</b> 15 okt	Färsruta med paprika, gräddsås, kokt potatis och kokt grönsak  Blandad fruktkräm	Kallskuret, mimosasallad och kokt potatis
<b>SÖNDAG</b> 16 okt	Jägargryta, kokt potatis och kokt grönsak  Citronfromage	Laxfrestelse och kokt grönsak

**Vill du veta vilket land råvarorna kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

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

# Meny SÄBO 39-44

## Heldag

<i>Vecka 42</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 17 okt	Frukostkorv, hemlagat potatismos och kokt grönsak  Nyponsoppa	Potatisbullar, keso, lingonsylt och kokt grönsak
<b>TISDAG</b> 18 okt	Stekt sill, löksås, kokt potatis och kokt grönsak  Lingonfromage	Morots-soppa med kokosmjölk, örtolja med lime, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 19 okt	Kroppkakor, skirat smör, lingonsylt och kokt grönsak  Aprikoskräm	Köttfärssås, makaroner och kokt grönsak
<b>TORSDAG</b> 20 okt	Viltgryta med toner av kaffe & choklad och kokt potatis (Offentliga måltidens dag)  Lokalproducerad hjortronglass	Prinskorv, stuvad palsternacka och kokt potatis
<b>FREDAG</b> 21 okt	Biff Lindström, kaprissås, kokt potatis och kokt grönsak  Blåbärssoppa	Pastasås med lax, fusilli och kokt grönsak
<b>LÖRDAG</b> 22 okt	Gratinerad kyckling med mango, kokt ris/kokt potatis och kokt grönsak  Fruktcocktail & vispgrädde	Kassler, kryddig salsasås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>SÖNDAG</b> 23 okt	Skeppartorsk, citronsås, kokt potatis och kokt grönsak  Chokladpudding & mandariner	Köttfärsgratäng med potatis och champinjoner och kokt grönsak

**Vill du veta vilket land råvarorna kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

# Meny SÄBO 39-44

## Heldag

<i>Vecka 43</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 24 okt	Hemlagad fläskpannkaka, kokt grönsak och lingonsylt  Svartvinbärssoppa	Korvgryta med rotsaker och kokt potatis
<b>TISDAG</b> 25 okt	Hemlagad lasagne och kokt grönsak  Änglamat	Rostad rotfrukts-soppa/risgrynsgröt, örtolja, mjukt bröd, pålägg och banna
<b>ONSDAG</b> 26 okt	Fläsklägg med sky, rotmos och kokt grönsak  Blåbärskräm	Krämig fiskgryta med grönsaker och kokt potatis
<b>TORSDAG</b> 27 okt	Gulaschsoppa med crème fraiche  Bärpaj & vaniljsås	Fläskkorv, pepparrotssås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>FREDAG</b> 28 okt	Fisk bordelaise, hemlagat potatismos och kokt grönsak  Krusbärskräm	Sjömansbiff och inlagd gurka
<b>LÖRDAG</b> 29 okt	Hemlagad tacobiff , salsasås, klyftpotatis och kokt grönsak  Vaniljpannacotta med hallonsås	Kycklinggryta med curry & ananas, kokt ris/kokt potatis och kokt grönsak
<b>SÖNDAG</b> 30 okt	Fläskkarré champinjonsås, kokt potatis och kokt grönsak  Ägglikörmousse	Inlagd sill, gräddfil med dill, kokt potatis och ägghalva

**Vill du veta vilket  
land råvarorna  
kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

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

# Meny SÄBO 39-44

## Heldag

<i>Vecka 44</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> <b>31 okt</b>	Korv stroganoff, kokt ris/kokt potatis och kokt grönsak  Nyponsoppa	Panerad sejfilé, remouladsås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>TISDAG</b> <b>1 nov</b>	Pytt i panna, gräddsås och inlagda rödbetor  Citronfromage	Högsbosoppa, örtolja , mjukt bröd, pålägg och banna
<b>ONSDAG</b> <b>2 nov</b>	Stekt fläsk, paltbröd, vitsås och kokt grönsak  Apelsinsoppa	Pannkaka, vispgrädde och sylt
<b>TORSDAG</b> <b>3 nov</b>	Minestrone-soppa med basilikaklick  Kesokaka, vispgrädde & sylt	Järpar, brunsås, kokt potatis och kokt grönsak
<b>FREDAG</b> <b>4 nov</b>	Thaigryta med paprika & fläskkött och kokt ris/kokt potatis  Björnbärskräme	Potatisbullar, keso, lingonsylt och kokt grönsak
<b>LÖRDAG</b> <b>5 nov</b>	Jämtländsk fiskgratäng, kokt potatis och kokt grönsak  Glass & kolasås med ingefära	Marinerad kotlettrad, crème fraiche med saltad tomat & basilika, kokt potatis och kokt grönsak
<b>SÖNDAG</b> <b>6 nov</b>	Schweizerruta, gräddsås, kokt potatis och kokt grönsak  Blandad fruktsoppa	Bondomelett, skirat smör och kokt grönsak

**Vill du veta vilket land råvarorna kommer från?  
Fråga måltidsservice!**

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