

# Meny Hemgården

Heldag

<i>Vecka 43</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 25 okt	Sprödbakad torskfilé, sauce verte, kokt potatis och amerikansk grönsaksblandning Drottningkräm	Prinskorv, stuvade morötter och kokt potatis
<b>TISDAG</b> 26 okt	Kålpudding, brunsås, kokt potatis, sommarblandning och lingonsylt Änglamat	Högsbosoppa/risgrynsgröt, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 27 okt	Korv Forsell, kokt ris/kokt potatis och brytböner Nyponsoppa	Potatisbullar, keso, morot & kålrot och lingonsylt
<b>TORSDAG</b> 28 okt	Broccolisoppa Risgrynspudding & saftsås	Fiskbullar, dillsås, kokt potatis och gröna grönsaker
<b>FREDAG</b> 29 okt	Hemlagad pannbiff, gräddsås, kokt potatis och slottsgrönsaker Hemlagad hallonsoppa	Kycklinglasagne och blomkål
<b>LÖRDAG</b> 30 okt	Jägargryta, kokt potatis och slottsgrönsaker Lingonfromage	Jansons frestelse och gröna ärter
<b>SÖNDAG</b> 31 okt	Fläskkarré, plommonsky, potatisgratäng och skivad morot & vaxböner Persikor & vispgrädde	Ekologiska köttbullar, brunsås, kokt potatis och broccoli & brytböner

**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 Hemgården

Heldag

<i>Vecka 44</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> <b>1 nov</b>	Falukorv, stuvad spenat och kokt potatis  Blåbärskräm	Redd grönsakssoppa, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>TISDAG</b> <b>2 nov</b>	Stekt sill, löksås, kokt potatis och sommarblandning  Aprikossoppa	Makaronipudding, sky och skivade morötter
<b>ONSDAG</b> <b>3 nov</b>	Husets pölsa, kokt potatis och inlagda rödbetor  Äppelkräm med kardemumma	Köttfärsfrestelse med morot
<b>TORSDAG</b> <b>4 nov</b>	Husets ärtsoppa med fläsk  Eko tunnpannkaka & sylt	Sprödbakad hokifilé, remouladsås med curry, kokt potatis och örter
<b>FREDAG</b> <b>5 nov</b>	Kycklingbiff, tzatziki, klyftpotatis och slottsgrönsaker  Krusbärskräm	Dillköttgryta, kokt potatis och tärnad morot
<b>LÖRDAG</b> <b>6 nov</b>	Norrländsk regnbågsfilé, romsås, kokt potatis och grön grönsaksblandning  Glass & bärsås	Kassler, cheddarsås, kokt potatis och morotsmix
<b>SÖNDAG</b> <b>7 nov</b>	Mustig kycklinggryta med örter & wokgrönsaker och kokt ris/kokt potatis  Chokladmousse & mandariner	Leverbiff, gräddsås med lingon, kokt potatis och örter, majs & paprika

**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 Hemgården

## Heldag

<i>Vecka 45</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> <b>8 nov</b>	Chili con carne med majs och kokt ris/kokt potatis  Drottningkräm	Äggakaka, morot & kålrot och lingonsylt
<b>TISDAG</b> <b>9 nov</b>	Olles fisksoppa  Äppelpaj & vaniljsås	Blodpudding, vitsås, rotfruktsstrimlor och lingonsylt
<b>ONSDAG</b> <b>10 nov</b>	Falukorv, bruna bönor och sommarblandning  Exotisk fruktsoppa	Ekologisk pannbiff, grönpepparsås, kokt potatis och bukettgrönsaker
<b>TORSDAG</b> <b>11 nov</b>	Raggmunk, stekt fläsk, lingonsylt och skivad morot  Aprikoskräm	Blomkålsoppa/Risgrynsgröt, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>FREDAG</b> <b>12 nov</b>	Kokt fisk, dill & räksås, kokt potatis och amerikansk grönsaksblandning  Apelsin- & banansoppa	Östersundslåda med isterband & potatis och haricot verts
<b>LÖRDAG</b> <b>13 nov</b>	Gratinerad kyckling med mango, kokt ris/kokt potatis och broccoli  Fruktocktail & vispgrädde	Pastasås med skinka & ädelost, ekologisk fusilli och morotsmix
<b>SÖNDAG</b> <b>14 nov</b>	Hemlagad älgfärsbiff, svampsås, kokt potatis och slottsgrönsaker  Glassbåt	Dansk sillgratäng med matjessill och gröna ärter

**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 Hemgården

## Heldag

<i>Vecka 46</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 15 nov	Ekologisk frukostkorv, senapssås, kokt potatis och brytbönor & morot  Äppelkräm med kardemumma	Kroppkakor, smörsky, lingonsylt och sommarblandning
<b>TISDAG</b> 16 nov	Stekt strömmingsflundra, hemlagat potatismos och amerikansk grönsaksblandning  Lingonfromage	Köttsoppa, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 17 nov	Köttfärssås, ekologiska makaroner och majs  Blandad fruktkräm	Potatisbullar, keso, lingonsylt och bukettgrönsaker
<b>TORSDAG</b> 18 nov	Husets ärtsoppa med fläsk  Eko tunnpannkaka & sylt	Prinskorv, stuvade morötter och kokt potatis
<b>FREDAG</b> 19 nov	Skeppartorsk, citronsås, kokt potatis och brytbönor  Blåbärssoppa	Kalvsylta, rödbetssallad och kokt potatis
<b>LÖRDAG</b> 20 nov	Marinerad kotlettrad, rödvinssky, potatisgratäng och slottsgrönsaker  Päron & polkagrädde	Pastasås med lax & sparris och ekologiska fusilli
<b>SÖNDAG</b> 21 nov	Kycklinggryta med curry & ananas, kokt ris/kokt potatis och bukettgrönsaker  Chokladpudding & mandariner	Frestelse med potatis och rökt skinka

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

# Meny Hemgården

Heldag

<i>Vecka 47</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> 22 nov	Fläskpannkaka, morot & kåltor och lingonsylt  Wienerbröd	Köttkorv, pepparrotssås, kokt potatis och ärter, majs & paprika
<b>TISDAG</b> 23 nov	Hemlagad lasagne och bukettgrönsaker  Citronfromage	Redd grönsakssoppa/risgrynsgröt, mjukt bröd pålägg och banan
<b>ONSDAG</b> 24 nov	Fläsklägg med sky, rotmos och brytböner  Svartvinbärssoppa	Fiskgryta med grönsaker och kokt potatis
<b>TORSDAG</b> 25 nov	Morotssoppa med koksmjolk  Kesokaka med mandel och vispgrädde	Ekologiska köttbullar, brunsås, kokt potatis och slottgrönsaker
<b>FREDAG</b> 26 nov	Fisk bonjour, kokt potatis och amerikansk grönsaksblandning  Blåbärssoppa	Gulaschgryta med grönsaker och kokt potatis
<b>LÖRDAG</b> 27 nov	Hemlagad pannbiff med mozzarella och bacon, gräddsås, kokt potatis och sommarblandning  Krusbärskräm	Kycklinggryta med dragon, kokt ris/kokt potatis och broccoli
<b>SÖNDAG</b> 28 nov	Lutfisk, vitsås, kokt potatis och ärter  Ris à la Malta och glöggsås	Bondomelett, sky och skivad morot

**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)



ÖSTERSUNDS  
KOMMUN

# Meny Hemgården

Heldag

<i>Vecka 48</i>	<i>LUNCH</i>	<i>MIDDAG</i>
<b>MÅNDAG</b> <b>29 nov</b>	Korvstroganoff, kokt ris/ kokt potatis och broccoli  Björnbärskräm	Blomkålsoppa, mjukt bröd, pålägg och banan
<b>TISDAG</b> <b>30 nov</b>	Pytt i panna, gräddsås och inlagda rödbetor  Apelsinsoppa	Stekt sejfilé, remouladsås, kokt potatis och sommarblandning
<b>ONSDAG</b> <b>1 dec</b>	Stekt fläsk, paltbröd, vitsås och skivad morot  Aprikoskräm	Ekologisk tunnpannkaka, strimlade rotsaker, vispad grädde och sylt
<b>TORSDAG</b> <b>2 dec</b>	Fisk och skaldjursoppa med vitlöksklick  Sockerkaka med choklad och vispgrädde	Hemgjorda järpar, brunsås, kokt potatis och bukettgrönsaker
<b>FREDAG</b> <b>3 dec</b>	Kalops med morötter, kokt potatis och inlagda rödbetor  Nyponsoppa	Grönsaksgratäng med potatis och rökt skinka
<b>LÖRDAG</b> <b>4 dec</b>	Limegratinerad hokifilé, kokt potatis och amerikansk grönsaksblandning  Glass och kolasås	Kycklingsås med champinjoner, ekologisk fusilli och brytböner
<b>SÖNDAG</b> <b>5 dec</b>	Hemlagad schweizerruta , gräddsås, kokt potatis och slottsgrönsaker  Ägglikörmousse	Prinskorv, omelett, svampstuvning, 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)