

Lunch-meny Stora Karlsö 2019

Vecka

1

Måndag: Pasta Bolognese / Pasta vegetarisk Bolognese

Tisdag: Stekt strömmingsflundra, potatismos, lingon skirat smör / rotsaksbiffar o potatismos

Onsdag: Asiatiskt stekt ris med kyckling(lår) / asiatiskt stekt ris med grönsaker

Torsdag: Soppa med sting och fiskfrikadeller/linsoppa

Fredag Lammfärsbiff m potatissallad / medelhavspaj (grönsakspaj med feta)

Lördag: Kall rimmad lax med quinoasallad med rostade morötter och vinägrett / stekt portabello med potatissallad

Söndag: Rostbiff med råstekt potatis och gröna bönor./Kikärtsbiff med samma tillbehör.

Vecka

2

Måndag: Krämig pastasallad med kyckling och ceasardressing / Vegetarisk pastasallad

Tisdag: Havets wallenbergare med potatismos och salsa verde/ bönbiffar med samma tillbehör

Onsdag: Köttbullar potatis och gräddsås / falafel i bröd

Torsdag: Ramslök/kajpsoppa med krutonger och ägghalva.

Fredag: Nötkorv med bulgur och Bloody-Marysallad./ Bakad fetaost med samma tillbehör.

Lördag: Laxpanna svamp, lingon och enbär med ris /samma till vegetarisk men med tofu

Söndag: Slöbakad högrek med potatis, morötter och picklad rödlök / samma men med oumphf

