



Meny för Avesta kommuns förskolor Vårterminen 2012

Vecka 2 9 januari- 13 januari

Måndag Falukorv under täcke, potatis
Tisdag Pasta med ost och skinksås, röd linssallad
Onsdag Fisk Benedectine, kokt potatis
Torsdag Husets goda soppa, mjukt bröd, Pannkaka, sylt
Fredag Köttbullar med hemlagat potatismos,

Vecka 3 16 januari- 20 januari

Måndag Korv med stuvade makaroner,
Tisdag Nötköttsgryta med rotsaker, kokt potatis
Onsdag Fiskgratäng på sej med örter, hemlagat mos
Torsdag Hemlagad köttfärslimpa, brunsås och potatis
Fredag Kyckling med currysås och kokt ris

Vecka 4 23 januari- 27 januari

Måndag Korv Stroganoff med ris
Tisdag Ugnstekt fisk, remouladsås, kokt potatis
Onsdag Kyckling och rotsaksfrestelse
Torsdag Skogsbos broccolisoppa, grovt bröd, pålägg,
Pannkaka, sylt
Fredag Spagetti med köttfärssås

Vecka 5 30 januari - 3 februari

Måndag Färsbiff med stekt lök, brunsås, kokt potatis,
inlagd gurka
Tisdag Kycklingsås med pasta
Onsdag Championgratinerad fiskgratäng, kokt ris
Torsdag Krämig tomatsoppa med korv och pasta, mjukt
bröd, pålägg.
Fredag Nasi Goreng med vitlökssås

Välkommen till bords!

Vecka 6 6 februari - 10 februari

Måndag **Barnens önskedag**
Tisdag Fisk på Norrlandsvis, kokt potatis
Onsdag Kycklingwok med cocosgrädde och nudlar
Torsdag Kickis köttfärsgröta, kokt potatis
Fredag Kassler med potatisgratäng

Vecka 7 13 februari - 17 februari

Måndag Korvbuffé med pasta
Tisdag Portengryta med kokt potatis
Onsdag **Barnens önskedag**
Torsdag Sprödbakad fisk med kall sås, potatis
Fredag Köttbullar med hemlagat potatismos

Vecka 8 20 februari-25 februari

Måndag Ugnstekt fisk, remouladsås, kokt potatis
Tisdag **Barnens önskedag**
Onsdag Skinkgratäng
Torsdag Grön ärtsoppa, mjukt bröd, Pannkaka, sylt
Fredag Köttfärssås med spagetti

Vecka 9

Måndag Risotto med kall vitlökssås
Tisdag Orentalisk fisk med potatis
Onsdag Korv och rotsaksgryta med potatis
Torsdag Fläskkarre, sås, kokt potatis, äppelmos
Fredag Köttfärs i ugn, potatis



Vecka 10 5 mars -9 mars

Måndag Kyckling i timjansås, kokt potatis
Tisdag Knuts frestelse (Köttfärsgratäng)
Onsdag Dragonkryddad fisk, kokt ris
Torsdag Petras varma pastasallad, gräddfilssås
Fredag **Barnens önskedag**

Vecka 11 12 mars -16 mars

Måndag Pasta med skinksås
Tisdag Nötköttsgryta med rotsaker, kokt potatis
Onsdag Fiskgratäng på sej med örter, potatismos
Torsdag Makaronipudding
Fredag Kyckling med sötsur sås, ris

Vecka 12 19 mars - 23 mars

Måndag Ugnstekt falukorv med stuvade makaroner
Tisdag Stekt fisk med mangosås, kokt potatis
Onsdag Chiligratinerad kassler, hemlagat potatismos
Torsdag Köttfärs i ugn m smaker av tomat o bacon,
Potatis
Fredag Kökets val

Vecka 13 27 mars - 30 mars

Måndag Pytt i panna, inlagda rödbetor
Tisdag Tacokryddad köttfärsbiff, salsasås, pasta
Onsdag Kokt fisk med ägg- och persiljesås, kokt potatis
Torsdag Kebabgratäng med kryddstark kall sås
Fredag Grönsaksolasagne





Meny för Avesta kommuns förskolor Vårterminen 2012

Vecka 14 2 april - 6 april

Måndag Kycklingwok med nudlar, sötsursås
Tisdag PåSKBORD
Onsdag Fiskgryta med aioli, kokt potatis
Torsdag Köttbullar med stuvade grönsaker
Fredag Lovdag



Vecka 15 9 april -13 april Påsklov

Måndag Lovdag
Tisdag Kökets val
Onsdag Kökets val
Torsdag Kökets val
Fredag Kökets val

Vecka 16 16 april - 20 april

Måndag Pastagrätäng med köttfärs
Tisdag Ugnstekt fisk, Loffes fisksås, kokt potatis
Onsdag Högsbosoppa, mjukt bröd, pålägg, färsk frukt
Torsdag Lammcurry, kokt ris
Fredag Raggmunk/Blodpudding med lingonsylt, keso, färsk frukt

Vecka 17 23 april-27 april

Måndag Leksandskorv, hemlagat potatismos
Tisdag Örtkryddad fiskgrätäng, kokt ris, broccoli
Onsdag Köttfärslimpa, lingonsås, kokt potatis
Torsdag Oxpytt med inlagda rödbetor, färsk frukt
Fredag Pastagrätäng med kyckling

Vecka 18 30 april - 4 maj

Måndag Lovdag
Tisdag Lovdag

Onsdag Lammfärsbiff med raita och bulgur
Torsdag Fisk med spenatstuvning, kokt potatis
Fredag Sjömansbiff med inlagd gurka

Vecka 19 7 maj - 11 maj

Måndag Kycklingbiff, sötsur sås, kokt ris
Tisdag Fläskkarreé, sås, potatis, äppelmos
Onsdag Ugnstekt fisk, kall örtås, kokt potatis
Torsdag Grönsaksbiff, salsasås, klyftpotatis
Fredag Kökets val

Vecka 20 14 maj - 18 maj

Måndag Kycklinggryta Tikka Masala, kokt ris
Tisdag Köttbullar, brunsås, kokt potatis, inlagd gurka
Onsdag Salsagrätinerad fiskfilé, potatismos
Torsdag Lovdag
Fredag Lovdag

Vecka 21 21 maj - 25 maj

Måndag Biff Stroganoff, kokt ris
Tisdag Ugnstekt fisk, Ronnies fisksås, kokt potatis
Onsdag Kyckling i curry kokt ris
Torsdag Köttfärssås med pasta
Fredag Kökets val

Vecka 22 28 maj - 1 juni

Måndag Varm korv med potatismos
Tisdag Köttgryta med smak av spiskummin, ris
Onsdag Ugnstekt fisk, sauce verte, kokt potatis
Torsdag Lasagne
Fredag Stekt fläsk, löksås, potatisl

Vecka 23 4 juni - 8 juni

Måndag Pasta med kycklingsås
Tisdag Thaifisk med kokt ris
Onsdag Lovdag
Torsdag Korvbuffé, pasta
Fredag Köttfärspytt med kall sås



Förskolelunchen

Till lunch ingår alltid varma grönsaker och/eller råkost. Hårt bröd och bordmargarin.
Vi har mjölk och vatten som dryck till måltiden.
Vi följer Svenska Livsmedelsverkets Bra mat i förskolan,

Miljöhänsyn

En önskan från oss som arbetar med maten i Avesta är att du som matgäst inte ska ta mer mat än du orkar äta. Tänk på att ögat är hungrigare än magen.
Ta hellre om en extra gång så du slipper slänga mat vilket inte är bra för vår miljö.
Det ger också mer utrymme ekonomiskt för överraskningar och favoriträtter om du inte slänger mat.

Övrigt

Kontakta gärna Eva Södergård om du har synpunkter, bra idéer eller frågor om förskolans mat.
Finns på telefon 0226-645045
www.avesta.se/Barn-Utbildning/Maltider/Matsedel/