Laktos- och glutenfri kost

Vecka 48

Måndag

Lunch Kycklinginnerfilé, currysås, brytbönor, ris
Björnbärskräm

Middag Örtbakad sejfilé, pepparrot- och senapssås, ärtor, potatis
Aprikoskompott med vispad grädde

Tisdag

Lunch Dillkött, morot, potatis
Bakade äpplen med kardemummagrädde

Middag Kycklinggryta med champinjoner och paprika, ärtor, ris
Raberberkompott med hallon och vispad grädde

Onsdag

Lunch Nötfärsbiff, tomatsås med citron, broccoli, ris
Jordgubbskompott med vispad grädde

Middag Fläskköttsgryta* med äpple och lök, ärtor/majs/morot/bönor, ris
Päronhalva med vaniljcrémefraiche