



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 16 (15 apr - 21 apr)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt Maträtt

Matsedel: **Laktosfri**

Oss tillhanda: 03 apr

		1	2
1	Kycklingfilé med kökets bearnaise, klyftpotatis och bakad tomat		
2	Biff Stroganoff med ris och bakad palsternacka		
3	Isterband, persiljestuvad potatis, inlagda rödbetor och broccoli		
4	Ärtsoppa med fläsk, tunna pannkakor och sylt		
5	Fiskgryta med saffran och räkor, aioli, potatis och brytbönor		
6	Kyckling i curry med ris, broccoli och bakad tomat		
7	Kotlettrad med vitlökscrème, potatis- & getostgratäng, morot		
8	Potatisbullar med bacon, lingonsylt och morot #		
9	Köttfärslimpa, gräddsås, potatis, lingonsylt och bukettgrönsaker		
10	Kokt kummel med vitvinssås, potatis och bakade betor		
11	Kycklingfilé, salviasmörsås, potatis- & palsternacksmos, bakad tomat		
12	Kotlettrad med örtsmör, kall citroncrème, honungsrostade rotfrukter		
13	Laxpaj med spenat, kall romsås och rostad morot		
14	Lasagne och bukettgrönsaker		

= Naturligt fri från laktos

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt

Laktosfria desserter

		1	2
1	Rabarbersoppa med vaniljyoghurt		
2	Äppelkaka med vaniljsås		
3	Hallonkräm #		
4	Brownie med bärsås		
5	Vaniljpannacotta med mango		
6	Kanelbullesockerkaka		
7	Blåbärscheesecake		

= Naturligt fri från laktos



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 17 (22 apr - 28 apr)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: **Laktosfri**

Oss tillhanda: 10 apr

		1	2
1	Kryddstekt kyckling, kall vitlökscrème, honungsrostade rotfrukter		
2	Bräserad fläskkarré, kall bearnaisesås, klyftpotatis, broccoli		
3	Kycklinglevergryta med bacon, potatismos, stekt smålök, broccoli		
4	Ugnsfärs med skinka och ost, gräddkockt vitkål, potatis, morot		
5	Ångad sejrygg med skaldjursås, potatis och broccoli		
6	Citronkyckling, kall jordärtskockscrème, rotfruktskaka, bakad tomat		
7	Stekt fläsk med bruna bönor, potatis och morot #		
8	Köttkorv med rotmos och brytbönor #		
9	Purjolökspaj m. västerbotten, kall örtsås, gröna bönor, bakad tomat		
10	Sej med cheddar och gräslök, spenatsås, potatis och morot		
11	Broccolisoppa med färskosttopping, tunna pannkakor och sylt		
12	Dillkött med potatis och rostade rotfrukter		
13	Parmesanöverbakad alaska, potatis- & jordärtskockspuré, bakad tomat		
14	Nötfärsbiff med gräddsås, potatis, lingon och rostade rotfrukter		

= Naturligt fri från laktos

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

Laktosfria desserter

		1	2
1	Rabarberkompott #		
2	Kladdkaka med hallonsås		
3	Blåbärsmousse		
4	Svartvinbärssmulpaj med vaniljsås		
5	Äppelpannacotta med kanelcrunch		
6	Chokladpudding med citrussallad		
7	Aprikoskaka med frosting		

= Naturligt fri från laktos



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 18 (29 apr - 05 maj)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: Laktosfri

Oss tillhanda: 17 apr

		1	2
1	Kyckling i currysås med ris, broccoli och bakad tomat		
2	Grön ärtsoppa med laxtopping, kesokaka, sylt		
3	Frukostkorv, persiljestuvade morötter, potatis, rostad broccoli		
4	Köttfärslimpa, kall tomatcrème, klyftpotatis, broccoli & morot		
5	Laxpudding med skirat smör, brytbönor		
6	Vitlöskkyckling, gräddig balsamicosås, klyftpotatis, bakad tomat		
7	Pepparrotskött med potatis och broccoli		
8	Kalkonbröst, kall sauce verte, potatisgratäng, bakade betor		
9	Kålpudding, gräddssås, potatismos, lingonsylt och broccoli		
10	Örtbakad lax, citronsås, potatis- & palsternacksmos, bakad tomat		
11	Kycklingsås med ost och bladspenat, spagetti, rostade morötter		
12	Skinkstek, mild jordärtskockssås med citron, rostad potatis, rotfrukter		
13	Fisk Sättra (grönsaker & kryddsmör), potatismos och brytbönor		
14	Pannbiff, krämig lötsky, rostad potatis och bön- och broccolisallad		

= Naturligt fri från laktos

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

Laktosfria desserter

		1	2
1	Kanelbullesockerkaka		
2	Jordgubbskompott #		
3	Nyponsoppa #		
4	Chokladmousse med fruktsallad		
5	Fruktcocktail med vaniljyoghurt		
6	Smulpaj med äpple och lingon, vaniljsås		
7	Vaniljpannacotta		

= Naturligt fri från laktos



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 19 (06 maj - 12 maj)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: **Laktosfri**

Oss tillhanda: 24 apr

		1	2
1	Kycklinggryta med röd curry och kokos med ris och broccoli #		
2	Helstekt kotlettrad, kökets bearnaise, rostad potatis och rotfrukter		
3	Stekt falukorv med stuvade makaroner och morot		
4	Broccolisoppa med kall färskosttopping, pannkakor, sylt		
5	Örtbakad kummel, vitvinssås, potatis, bakad tomat, brytböner		
6	Citronmarinerad kyckling, jordärtskockscrème, rotfruktskaka, tomat		
7	Stekt fläsk med paltbröd, vitsås och persiljekokta morötter		
8	Köttfärslimpa, stuvad vitkål, potatis och bakad tomat		
9	Köttfärssås med spagetti och marinerade böner #		
10	Stekt strömming (sill) med potatismos, skirat smör och brytböner		
11	Potatisbullar med bacon, lingonsylt och morot #		
12	Dillkött och potatis med rostade rotfrukter		
13	Ångad sejrygg, basilikasmörsås, potatismos, kål- & morotsblandning		
14	Kåldolmar, gräddsås, potatis, lingonsylt och persiljekokt morot		

= Naturligt fri från laktos

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

Laktosfria desserter

		1	2
1	Jordgubbskräm #		
2	Nyoponsoppa med kardemummayoghurt		
3	Äppelkompott #		
4	Aprikoskaka med vaniljsås		
5	Chokladkaka med kokostosca		
6	Päronkaka med mintchokladfrosting		
7	Vaniljpannacotta med jordgubbskompott och kokoscrunch		

= Naturligt fri från laktos



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 20 (13 maj - 19 maj)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: **Laktosfri**

Oss tillhanda: 01 maj

		1	2
1	Ärtsoppa med fläsk, tunna pannkakor och sylt		
2	Kalops med potatis, inlagda rödbetor och bakad palsternacka #		
3	Sej med cheddar och gräslök, spenatsås, potatis, rostad morot		
4	Kryddig köttfärsgräda, gräddfil, ris och rostad majs		
5	Citronbakad lax med dillstuvad potatis, broccoli och bakad tomat		
6	Vitlötskyckling, kall dragonsås, klyftpotatis, broccoli & bakad tomat		
7	Kassler- och blomkålsgratäng, potatis och bakad tomat		
8	Ost och skinksås med pasta och broccoli		
9	Köttbullar, gräddsås, potatismos, lingonsylt, broccoli		
10	Kummel med dill, kall gräslökssås, potatis, broccoli & morot		
11	Lasagne severas med persiljekokta morötter		
12	Kotlettrad med varm örtsås, potatis och rostade rotfrukter		
13	Isterband, persiljestuvad potatis, inlagda rödbetor och broccoli		
14	Nötfärsbiff, gräddsås, potatis, lingon, rostade rotfrukter		

= Naturligt fri från laktos

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

Laktosfria desserter

		1	2
1	Päronkräm #		
2	Äppelkaka med smulpajstopping, vaniljsås		
3	Fruktsoppa med vaniljyoghurt		
4	Krusbärskompott #		
5	Äppelpannacotta med kanelcrunch		
6	Citronkaka med frosting		
7	Mangocheesecake med hallonsås		

= Naturligt fri från laktos