

Man kan även beställa sin mat direkt via Internet.
Kontakta oss för mer info.



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 11 (11 mar - 17 mar)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt	Maträtt	Matsedel: Vegetarisk	Oss tillhanda: 28 feb	Leveranstillfälle:	
				1	2
1	Kålpudding med gröna linser, gräddsås, potatis, lingonsylt, morot				
2	Morotssoppa med kokos, solroskärnor, tunna pannkakor och sylt				
3	Purjolökspaj m. västerbotten, kall örtsås, gröna bönor, bakad tomat				
4	Lasagne med zucchini och champinjoner, broccoli				
5	Pumpagryta med röd curry & kokos, ris, broccoli				
6	Squashplättar, kall citroncrème, couscous med tomat och basilika				
7	Stroganoff med sojastrimlor, potatis och bakad tomat				
8	Krämig cheddar- och grönkålssås, pasta och morot				
9	Kikärtsbiff med kall vitlöksdressing, rostad potatis och brytbönor				
10	Sojakorv med stuvad blomkål, potatis och broccoli				
11	Champinjoncrêpes, coleslaw med rödkål & äpple, broccoli				
12	Pastagrätäng med champinjoner, tomat och fetaost, rostade rotfrukt				
13	Kökets linsbiff, kall färskostcrème, rotfruktsgrätäng, bakad tomat				
14	Currygryta (quorn) med ris och bukettgrönsaker				

Alt	Desserter	Leveranstillfälle:	
		1	2
1	Kanelbullesockerkaka		
2	Jordgubbskompott		
3	Nyponsoppa		
4	Chokladmousse		
5	Fruktcocktail		
6	Rabarbersmulpaj med vaniljsås		
7	Vaniljpannacotta		

Man kan även beställa sin mat direkt via Internet.
Kontakta oss för mer info.



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 12 (18 mar - 24 mar)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 06 mar

		1	2
1	Raggmunk med linsfräs, lingonsylt och morot		
2	Mexikansk böngryta, kall gräddfilsklick, ris och rostade rotfrukter		
3	Majs- och jalapeñobiff med limeaioli, ris och rödkålscoleslaw		
4	Quornfärssås och spagetti med broccoli och riven ost		
5	Krämig jordärtskockssoppa med kökets ostkaka (keso) och sylt		
6	Quorn gryta med tomat & basilika, potatismos och rostade rotfrukter		
7	Moussaka (sojafärs) med kall vitlöksås, persiljekokt morot		
8	Kikärtsbiff med kall örtcrème, rotfruktsgratäng och brytböner		
9	Spansk omelette med bönsalsa och broccoli		
10	Grönsakslåda med quorn och potatis, kall salasacrème och morot		
11	Lasagne (soja), kall basilikacrème och morot		
12	Ost- & champinjonsås med spenat, pasta och brytböner		
13	Bouletter med stuvade makaroner och persiljekokt morot		
14	Grönsaksgryta med linser, kall kesellatopping, ris, broccoli		

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

Desserter

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

Man kan även beställa sin mat direkt via Internet.
Kontakta oss för mer info.



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 13 (25 mar - 31 mar)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 13 mar

		1	2
1	Kryddstekta sojastrimlor, kökets bearnaise, klyftpotatis, broccoli		
2	Tomatbräserverad quornfilé med potatismos och broccoli		
3	Spansk omelett med parmesancreme och persiljekokta morötter		
4	Grönsakscouscous(linser), kall citroncreme, rostade kikärtor, bakad tomat		
5	Kikärtsbiff med dillstuvad potatis, broccoli och bakad tomat		
6	Böngryta med curry och kokos, kall limecreme, ris och broccoli		
7	Lasagne med quorn och mozarella, persiljekokta morötter		
8	Jordärtskockssoppa, färskosttopping, saffranspannkaka och sylt		
9	Grönskaskschnitzel, dragonsås, rostad potatis, bakad palsternacka		
10	Mustig linsgryta, kall yoghurtlick, ris, brytböner		
11	Paj med grönkål och röd lök, kall parmesancreme och bakad tomat		
12	Kökets broccolibiff, kall fetaostcreme, potatis, rostade betor		
13	Sojakorv med stuvade morötter, potatis och rostade betor		
14	Zucchinigratäng med keso, potatis och brytböner		

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt

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		

Man kan även beställa sin mat direkt via Internet.
Kontakta oss för mer info.



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 14 (01 apr - 07 apr)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 20 mar

		1	2
1	Morotsbiffar, kall basilikacrème, klyftpotatis och bukettgrönsaker		
2	Quorn Stroganoff med ris och broccoli		
3	Omelett med grillost och tomat, kall örtcrème och broccoli		
4	Lasagne med aubergine och fetaost, morot		
5	Kikärtsbiffar, fetaostcrème, rostad potatis och bukettgrönsaker		
6	Purjolökspaj m. västerbotten, kall örtsås, gröna bönor, bakad tomat		
7	Linsbullar med gräddsås, potatismos, lingonsylt, rostade rotfrukter		
8	Krämig quornsås med svamp, pasta och brytbönor		
9	Sojafärslåda, champinjonsås, ugnstekta potatis och broccoli		
10	Indisk böngryta med ris, rostade kikärtor och broccoli		
11	Potatisgratäng m. spenat, kall sweet chilyoghurt, rostade rotfrukter		
12	Sojakorv med blomkålsgratäng, potatis och bukettgrönsaker		
13	Ärtsoppa utan fläsk, kall senapskrème, kökets ostkaka (keso), sylt		
14	Örtbakad quornfilé, kall tomatcrème, rotfruktsgratäng, brytbönor		

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt

Desserter

		1	2
1	Nyponsoppa		
2	Morotskaka med frosting		
3	Rabarberkräm		
4	Äppelsmulpaj med vaniljsås		
5	Pannacotta		
6	Kladdkaka med hallonsås		
7	Äppelkompott		

Man kan även beställa sin mat direkt via Internet.
Kontakta oss för mer info.



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 15 (08 apr - 14 apr)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 27 mar

		1	2
1	Sojakorv med pepparrotssås, potatis och persiljekokt morot		
2	Quorn i curry med ris och broccoli		
3	Kökets linsbiff, kall färskostcrème, rotfruktsgratäng, bakad tomat		
4	Morotsbiff, kall örtsås, potatismos, bakad tomat		
5	Broccolisoppa med kall färskosttopping, tunna pannkakor och sylt		
6	Kikärtsgryta med aprikos, potatis och bukettgrönsaker		
7	Crepes med spenat & fetaost, kall honugsyoghurt och broccoli		
8	Krämig zucchini- och rotfruktssås, pasta och brytbönor		
9	Grönsaksschnitzel, kall currysås, ugnstekt potatis, bakade betor		
10	Pumpagryta med grönkål och kikärter, potatis och broccoli		
11	Omelett med zucchini och potatis, tomatcrème och morot		
12	Rödbetsbiff, kall jordärtskockscrème, potatiskaka, rostad rotfrukter		
13	Lasagne med bladspenat och ost, bakad tomat och brytbönor		
14	Färslimpa med grönpepparsås, potatis och rostade rotfrukter		

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt

Desserter

		1	2
1	Äppelkräm med kanel		
2	Jordgubbssmulpaj med vaniljsås		
3	Fruktsoppa		
4	Krusbärskompott		
5	Chokladkaka med kokostosca		
6	Citronkaka med frosting		
7	Vaniljpannacotta med blåbärsgelé		