

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



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 16 (15 apr - 21 apr)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 03 apr

		1	2
1	Sojafärsbiff med champinjonsås, ugnstekt potatis och broccoli		
2	Pasta med ärtpesto, morot och bakad tomat		
3	Gratinerad pastagrätäng med ratatouillegrönsaker, rostad morot		
4	Risotto med svamp, kall örtcrème och brytböner		
5	Broccolibiff med färskosttopping, potatisgrätäng, bukettgrönsaker		
6	Krämig gryta med viltsmak, potatismos, lingonsylt, rostade betor		
7	Sojafärssås med spagetti, morot		
8	Rotfruktslasagne med keso, broccoli		
9	Örtkryddad quorn, potatis- och palsternacksmos, brytböner		
10	Chili sin carne med ris och bukettgrönsaker		
11	Currygryta med blomkål & linser, potatis och bakad tomat		
12	Kålpudding med sojafärs, gräddsås, potatis och rostad morot		
13	Jordärtskockssoppa, kökets ostkaka, sylt		
14	Smörbönsgrönsaker med potatis, rotfrukter och rostade kikärtor		

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt

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		

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



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 17 (22 apr - 28 apr)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 10 apr

		1	2
1	Morotsbiff med palsternackssås, potatiskaka och broccoli		
2	Lins- och rotfruktsgulasch, yoghurtlick, potatis och brytböner		
3	Potatis- och linsfrestelse med kall gräslöksås och bakad tomat		
4	Quorn med ört, kall citroncrème, rostade rotfrukter, böner i pesto		
5	Falafel med kall vitlöksås, ris, broccoli och rostade kikärtor		
6	Quornsås med saltorkad tomat & basilika, pasta, rostade rotfrukter		
7	Broccoligratäng med fetaost, potatis och rostade rotfrukter		
8	Grön ärtsoppa med pepparrotsfraiche, tunna pannkakor och sylt		
9	Ratatouille med quorn, ugnstekt potatis och brytböner		
10	Bourguignon (sojastrimlor) med potatis, broccoli och syltlök		
11	Linsbiffar med stuvad vitkål, potatis och brytböner		
12	Pumpagryta med röd curry & kokos, ris, broccoli		
13	Moussaka (sojafärs), kall salsacrème och rostade kikärtor		
14	Rödbetsbiffar med löksås och potatismos, rostad morot		

Leveranstillfälle:

1 2

Alt

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 vit chokladfrosting		

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



Namn: _____

Leveransadress: _____

Vecka 18 (29 apr - 05 maj)

Leveranstillfälle:

1	2
---	---

Alt	Maträtt	Matsedel: Vegetarisk	Oss tillhanda: 17 apr	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	Champignoncrêpes, 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 19 (06 maj - 12 maj)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 24 apr

		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	Quornryta med tomat & basilika, potatismos och rostade rotfrukter		
7	Moussaka (sojafärs) med kall vitlöksås, persiljekokt morot		
8	Kikärtsbiff med kall örtcrème, rotfruktsgratäng och brytbönor		
9	Spansk omelette med bönsalsa och broccoli		
10	Grönsakslåda med quorn och potatis, kall salasacrème och morot		
11	Lasagne med tomat & linser, kall basilikacrème och morot		
12	Ost- & champinjonsås med spenat, pasta och brytbönor		
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 kardemummayoghurt		
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 20 (13 maj - 19 maj)

Leveranstillfälle:

1 2

Alt Maträtt

Matsedel: Vegetarisk

Oss tillhanda: 01 maj

		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, tunna pannkakor och sylt		
9	Grönskakschnitzel, 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 fetastcreme, potatis, rostade betor		
13	Sojakorv med stuvade morötter, potatis och rostade betor		
14	Zucchini gratäng 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		