



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 12

Måndag 18 Mar

Lunch 1	Grillkorv, rotfruktsgratäng, gröna ärter
Lunch 2	Stekt sej, potatis, remouladsås, gröna ärter
Lunch 3	Gryta garam masala, ris, gröna ärter
Dessert	Äpplekanelkräm

Tisdag 19 Mar

Lunch 1	Kycklinglårfile, potatis, currysås, romanescosymfoni
Lunch 2	Moussaka med potatis
Lunch 3	Quinoabiff med kidneybönor, ugnrostade rotfrukter, mojo rojo, romanescosymfoni
Dessert	Konserverade persikor, vispgrädde

Onsdag 20 Mar

Lunch 1	Citronkokt kummel, potatis, ägg- och persiljesås, brocolibuketter
Lunch 2	Kokt köttkorv, potatis, persiljesås, brocolibuketter
Lunch 3	Pasta, pastasås med lök, svamp, paprika- och spenat, broccoli
Dessert	Exotisk fruktsoppa

Torsdag 21 Mar

Lunch 1	Kött- och grönsakssoppa, ostsmörgås
Lunch 2	Isterband, dillstuvad potatis, morotsmix
Lunch 3	Bönsticks, bönragu, matvete, rökt chilidressing
Dessert	Ostkaka, sylt, vispgrädde

Fredag 22 Mar

Lunch 1	Rotmos, rimmad bog
Lunch 2	Indonesisk kycklinggratäng, ris, bukettgrönsaker
Lunch 3	Röd currygryta, stekt tofu, ris, bukettgrönsaker
Dessert	Chokladpudding, vispgrädde

Lördag 23 Mar

Lunch 1	Wallenbergare, potatismos, gröna ärter, gräddsås, lingonsylt
Lunch 2	Spenat- och ostgratinerad sejfile, potatismos, gröna ärter
Lunch 3	Smörbönsbiffar med svamp, potatismos, timjansky, gröna ärter
Dessert	Körsbärskräm

Söndag 24 Mar

Lunch 1	Nötköttsgryta med smak av enbär, potatis, bukettgrönsaker, gelé
Lunch 2	Broccoli- och ädelostpaj, tomat- och bön salsa
Lunch 3	Chili sin carne, ris, gräddfil, bröd
Dessert	Pannacotta, bärsås



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 13

Måndag 25 Mar

Lunch 1	Kroppkakor, grädde, lingonsylt
Lunch 2	Flygande Jakob, ris, brytböner
Lunch 3	Vegetariska kroppkakor, grädde, lingonsylt
Dessert	Glass, skogsbärsås

Tisdag 26 Mar

Lunch 1	Bruna böner, stekt fläsk, potatis
Lunch 2	Ugnstekt kassler, potatisgratäng, örtrödvinssås, romanescosymfoni
Lunch 3	Grönkålpaj, med västerbottenost, dressing
Dessert	Aprikoskompott

Onsdag 27 Mar

Lunch 1	Fiskbiff, potatismos, gurksås med dill, gröna ärter
Lunch 2	Köttbullar, stuvade makaroner, tomatsallad
Lunch 3	Quorngratäng med mangochutney, bulgur, gröna ärter
Dessert	Fruktkräm

Torsdag 28 Mar

Lunch 1	Plommonfylld köttfärslimpa, potatis, brunsås, morotsmix
Lunch 2	Ostpanerad kycklinglårfilé, ris, tomatsås, morotsmix
Lunch 3	Bönbiff ost picata, ris, tomatsås, morotsmix
Dessert	Blåbärssoppa

Fredag 29 Mar

Lunch 1	Kåldolmar, potatis, brunsås, lingon
Lunch 2	Stekt falukorv, potatis, vitkålsstuvning
Lunch 3	Kronärtskocksbiff, rostad kulpotatis, limesås, broccoli
Dessert	Jordgubbspaj, vispgrädde

Lördag 30 Mar

Lunch 1	Påskbord, varm och kall buffé
Lunch 3	Påskbord vegetarisk varm och kall buffé
Dessert	Rulltårtsbakelse

Söndag 31 Mar

Lunch 1	Stekt kotlettrad, rostad kulpotatis, dragon- och persiljesås, broccoli, gelé
Lunch 2	Fisk- och skaldjursgratäng, potatismos, broccoli
Lunch 3	Fransk gryta med tofu- och vegobitar, rostad kulpotatis, broccoli
Dessert	Hallonmousse



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 14

Måndag 1 Apr

Lunch 1	Varmrökt lax, potatis, gräslökskrème, gröna ärter
Lunch 2	Stekt kycklinglårfile, rostad potatis, paprikasås, gröna ärtor
Lunch 3	Quorn gryta med äpple, svamp och peppar, potatis, gröna ärtor
Dessert	Fruktsallad, vispgrädde

Tisdag 2 Apr

Lunch 1	Pasta, köttfärssås, tricolore vaxbönor
Lunch 2	Blodpudding, stekt potatis, bacon, äpple- och lökfräs, lingonsylt
Lunch 3	Dragondoftande linsbiff, potatis, örtsås, tricolore vaxbönor
Dessert	Äppelpaj med kanel, vaniljsås

Onsdag 3 Apr

Lunch 1	Kalops, potatis, sommargrönsaker, rödbetor
Lunch 2	Wokad Asiatisk kycklingrätt med nudlar- och wokgrönsaker, sötsur sås
Lunch 3	Grönsaksgratäng med västerbottenost, kikärtsbiff, sommargrönsaker
Dessert	Körsbärssoppa

Torsdag 4 Apr

Lunch 1	Broccolisoppa med rökt fläskkött, ostsmörgås
Lunch 2	Persiljejärpar, potatis, gräddsås, bukettgrönsaker, lingonsylt
Lunch 3	Lins- och böngryta med curry och kokosmjölk, ris bukettgrönsaker
Dessert	Päronkaka med ingefära, grädde

Fredag 5 Apr

Lunch 1	Fisk med citronsås, potatismos, romanescosymfoni
Lunch 2	Tacogratäng med nachochips, ris
Lunch 3	Vegetarisk pytt i panna, stekt ägg, rödbetor
Dessert	Björnbärskräms

Lördag 6 Apr

Lunch 1	Grekisk biff fylld med ost och tomat, klyftpotatis, tzatziki, broccoli- och gul morot
Lunch 2	Fisk- och skaldjurssoppa, bröd
Lunch 3	Grekisk färsbiff med oumph, klyftpotatis, grönsaksspett, tzatziki
Dessert	Mango- och passionsfrukt mousse

Söndag 7 Apr

Lunch 1	Stekta revben, potatis, brunsås, bukettgrönsaker, äppelmos
Lunch 2	Fläskpannkaka, lingonsylt
Lunch 3	Quornschnitzel, stekt potatis, rödvinssås, bukettgrönsaker
Dessert	Päron, kolasås, vispgrädde



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 15

Måndag 8 Apr

Lunch 1	Isterband, dillstuvad potatis, rödbetor
Lunch 2	Panerad kycklinglårfilé, potatis, champinjonsås, amerikanska grönsaker
Lunch 3	Morot- och selleribiff, potatisgratäng, amerikanska grönsaker
Dessert	Skogsbärskompott

Tisdag 9 Apr

Lunch 1	Pannbiff, potatis, brunsås, stekt lök, slottsgrönsaker
Lunch 2	Levergryta med bacon och svamp, potatis, slottsgrönsaker
Lunch 3	Rotfruktsgryta med sojaböner, tomat- och ingefära, ris, slottsgrönsaker
Dessert	Nyponsoppa

Onsdag 10 Apr

Lunch 1	Örtbakad Alaskafilé, potatismos, ärter- och morötter
Lunch 2	Raggmunkar, stekt fläsk, lingon
Lunch 3	Örtiga biffar, matvete, ajvarsås, ärter- och morötter
Dessert	Fruktcocktail, vispgrädde

Torsdag 11 Apr

Lunch 1	Krämig kycklingsoppa Toscana, ostsmörgås
Lunch 2	Fisk och skaldjurslasagne, broccoli
Lunch 3	Ost- och purjolöksrosti, broccolibiff, rödlöksyoghurt, gröna ärter
Dessert	Fyriskaka med äpple, vaniljsås

Fredag 12 Apr

Lunch 1	Biff Stroganoff, ris, amerikanska grönsaker
Lunch 2	Stekt kycklingklubba, klyftpotatis, coleslaw, amerikansk grönsaksblandning
Lunch 3	Bönburgare med rödbeta, brynt lökdressing, picklad fänkålsallad, klyftpotatis
Dessert	Jordgubbskräm

Lördag 13 Apr

Lunch 1	Panerad sejfilé, potatis, stuvad spenat
Lunch 2	Wienerkorv, potatismos, gurkmajonnäs
Lunch 3	Pasta, pastasås med lök, svamp, paprika- och spenat, bakad tomat
Dessert	Pannacotta med aprikos spegel

Söndag 14 Apr

Lunch 1	Citron- och vitlökskryddad fläskkarré, potatis, gräddsås, bukettgrönsaker
Lunch 2	Skaldjursgratinerad fiskfilé, potatismos, bukettgrönsaker
Lunch 3	Rödbetsbiff, potatismos, västerbottencreme, bukettgrönsaker
Dessert	Glass, chokladsås



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 16

Måndag 15 Apr

Lunch 1	Köttbullar, potatis, brunsås, ärter, majs- och paprika, lingonsylt
Lunch 2	Franskpanerad fisk, potatis, vitvinsås, ärter, majs- och paprika
Lunch 3	Falafel, ris, myntasås, ärter, majs- och paprika
Dessert	Päronkräm

Tisdag 16 Apr

Lunch 1	Kycklinggryta med paprika, svamp och purjolök, matvete
Lunch 2	Panerad kotlett, potatis, gräddsås, färsk inlagd gurka
Lunch 3	Flygande Jakob vegetarisk, matvete, brytböner
Dessert	Aprikoser, vispgrädde

Onsdag 17 Apr

Lunch 1	Rotmos, kokt köttkorv
Lunch 2	Chili con carne, ris, bröd, crème fraiche
Lunch 3	Paj med zucchini, lök- och tomat, limes dressing
Dessert	Ananaspaj, vispgrädde

Torsdag 18 Apr

Lunch 1	Panerad sejfilé, potatis, dill- och vitvinsås, romanescosymfoni
Lunch 2	Rimrad bog, potatis, pepparrotssås, romanescosymfoni
Lunch 3	Aubergine picata, pasta, krämig tomatsås med röda linser
Dessert	Chokladmousse

Fredag 19 Apr

Lunch 1	Stekt fläsk, potatis, löksås, sommargrönsaker
Lunch 2	Lax- och potatisbullar, stuvad grönkål, ugnsbakade betor
Lunch 3	Gulaschsoppa vegetarisk, crème fraiche, bröd
Dessert	Krusbärskompott

Lördag 20 Apr

Lunch 1	Köttfärslimpa, potatis, brunsås, klostergrönsaker
Lunch 2	Skaldjurspaj, sallad, sweet chilidressing
Lunch 3	Ost- och broccolisoppa, ostsmörgås
Dessert	Fyriskaka med bärblandning, vaniljsås

Söndag 21 Apr

Lunch 1	Pankopanerad kummel, potatis, sauce verte, gröna ärter
Lunch 2	Kalvfärsbiffar, rostad klyftpotatis, rosmaringgräddsås, gröna ärter
Lunch 3	Quorngryta med dijonsenap, ris, gröna ärter
Dessert	Brylépudding, karamellsås



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 17

Måndag 22 Apr

Lunch 1	Korv Stroganoff, potatis, brytbönor
Lunch 2	Leverbiff, potatis, brunsås, brytbönor, lingon
Lunch 3	Nudel wok med Quorn - och wokgrönsaker, sötsur sås
Dessert	Svartvinbärskräm

Tisdag 23 Apr

Lunch 1	Stekt kycklinglårfile, rostade klyftpotatis, herrgårdssås, gröna ärter
Lunch 2	Lasagne
Lunch 3	Krämig böngryta, rostade klyftpotatis, gröna ärter
Dessert	Nyponsoppa, vaniljgrädde

Onsdag 24 Apr

Lunch 1	Stekt strömming, potatismos, gröna ärter
Lunch 2	Köttfärslådan med champinjoner och lök, potatis, pepparsås, gröna ärter
Lunch 3	Kaprisfylld rödbetsbiff, potatismos, morotsmix
Dessert	Konserverade päron, vispgrädde

Torsdag 25 Apr

Lunch 1	Trädgårdsmästarsoppa, ostsmörgås
Lunch 2	Fläskschnitzel, rostade klyftpotatis, skysås, gröna ärter
Lunch 3	Rotfruktsgratäng med svamptäcke, morotsbollar, gröna ärter
Dessert	Morotskaka

Fredag 26 Apr

Lunch 1	Kålpudding, potatis, brunsås, lingonsylt
Lunch 2	Medelhavsgratäng på Alaska file, ris, broccolibuketter
Lunch 3	Pasta penne, pastasås med rostad zucchini, champinjoner och paprika
Dessert	Aprikoskompott

Lördag 27 Apr

Lunch 1	Panerad sejfile, potatis, citron- och dillsås, broccolibuketter
Lunch 2	Vitlöksstekt kotlettrad, potatis, dragon- och senapssås, broccolibuketter
Lunch 3	Kidneybönburgare, örtekryddad potatismos, broccolibuketter, aioli
Dessert	Glass, chokladsås

Söndag 28 Apr

Lunch 1	Stekt kycklinglårfile, potatis, basilikasås, sommargrönsaker, gelé
Lunch 2	Gratinerad kassler, ris, röd currysås, sommargrönsaker
Lunch 3	Paj med grillad paprika- och västerbottenost, sommargrönsaker, Rhode Island dressing
Dessert	Konserverade persikor, vispgrädde



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 18

Måndag 29 Apr

Lunch 1	Dillkött, potatis, tärnade morötter
Lunch 2	Lasagne med ost, spenat- och solroskärnor, tärnade morötter
Lunch 3	Potatissallad med linser, zucchinibiff, crème fraiche, bakad tomat
Dessert	Blåbärskräm

Tisdag 30 Apr

Lunch 1	Citronkokt kummel, potatis, hummersås, slottsgrönsaker
Lunch 2	Falukorv i ugn med äpple, lök- och tomat, potatismos, slottsgrönsaker
Lunch 3	Chiligryta med vegobitar, ris, slottsgrönsaker
Dessert	Hallon- och persikokaka, vaniljsås

Onsdag 1 Maj

Lunch 1	Köttfärslåda med smak av senap, potatis, gräddsås, amerikanska grönsaker
Lunch 2	Pytt i panna, stekt ägg, rödbetor
Lunch 3	Grön linsbiff med smak av ost, grekisk potatis, citronsås, amerikanska grönsaker
Dessert	Exotisk cheesecake

Torsdag 2 Maj

Lunch 1	Ärtsoppa med rimmat fläsk, ostsmörgås
Lunch 2	Tandorikyckling, ris, yoghurtås, gröna ärter
Lunch 3	Pastagrätäng med broccoli- och ost, bakad tomat
Dessert	Pannkakor, sylt

Fredag 3 Maj

Lunch 1	Panerad sej, potatis, romsås, gröna ärter
Lunch 2	Spaghetti, köttfärssås
Lunch 3	Paella med Quorn- och sojakorv, rostad vitlökssås, gröna ärter
Dessert	Mangokompott

Lördag 4 Maj

Lunch 1	Biff Lindström, potatis, brunsås, ärter- och morötter
Lunch 2	Sej med saltorkad tomat- och basilikasås, potatis, ärter- och morötter
Lunch 3	Rotfrukt- och grönkålsbiff, potatis, spenatpesto, ärter- och morötter
Dessert	Fruktcocktail, vispgrädde

Söndag 5 Maj

Lunch 1	Senap- och honungsglaserad fläskkarré, potatis, persiljegräddsås, klostergrönsaker, äppelmos
Lunch 2	Ugnsbakad korv med körsbärstomater, ljus rotmos, klostergrönsaker
Lunch 3	Marockansk gryta med couscous, klostergrönsaker, yoghurtås
Dessert	Fyriskaka med blåbär, vaniljsås