



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 12

Måndag 18 Mar

Kvällsmat Grön sparrissoppa, smörgås med köttpålägg

Kvällsmat 2 Grön sparrissoppa, ostsmörgås

Tisdag 19 Mar

Kvällsmat Köttbullar, potatismos, gröna ärter

Kvällsmat 2 Vegoboll av ärta, potatismos, gröna ärter

Onsdag 20 Mar

Kvällsmat Bondomelett med salami, spenat- och ost, örtdressing

Kvällsmat 2 Bondomelett med saltorkad tomat, spenat- och ost, örtdressing

Torsdag 21 Mar

Kvällsmat Fiskgryta med fänkål och rotfrukter, aioli

Kvällsmat 2 Morot- och selleribiffar, potatismos, gröna ärter

Fredag 22 Mar

Kvällsmat Pasta, köttfärssås

Kvällsmat 2 Pasta, vegfärssås med morot och svamp

Lördag 23 Mar

Kvällsmat Pastrami, potatisgratäng med äpple och senap, skysås

Kvällsmat 2 Quornfilé, potatisgratäng med äpple och senap, skysås

Söndag 24 Mar

Kvällsmat Potatisbullar, bacon och lingonsylt

Kvällsmat 2 Potatisbullar, stekta veggie strimlor, tomat- och bön salsa



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 13

Måndag 25 Mar

Kvällsmat Skärgårdssill, löksill, potatis, gräddfil, ägghalva

Kvällsmat 2 Sillfeta, senapsinlagd veggie, potatis, gräddfil, gräslök

Tisdag 26 Mar

Kvällsmat Pannkakor, sylt, smörgås med köttpålägg

Kvällsmat 2 Pannkakor, sylt, smörgås med ost

Onsdag 27 Mar

Kvällsmat Köttfärssoppa, ostsmörgås

Kvällsmat 2 Sojafärssoppa, ostsmörgås

Torsdag 28 Mar

Kvällsmat Kokt wienerkorv, potatismos, gurksallad

Kvällsmat 2 Sojakorv, potatismos, gurkmajonnäs

Fredag 29 Mar

Kvällsmat Kycklinggratäng, potatis

Kvällsmat 2 Vegetarisk gratäng med curry- och päron, potatis

Lördag 30 Mar

Kvällsmat Omelett, champinjonsstuvning

Kvällsmat 2 Omelett, champinjonsstuvning

Söndag 31 Mar

Kvällsmat Paj Pireus- Grekisk paj, sallad, salladsås med gräslök

Kvällsmat 2 Paj Pireus- Grekisk paj, sallad, salladsås med gräslök



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 14

Måndag 1 Apr

Kvällsmat Gräddstuvad pytt i panna, stekt ägg, rödbetor

Kvällsmat 2 Gräddstuvad pytt i panna med Quorn, svamp- och persilja, stekt ägg, rödbetor

Tisdag 2 Apr

Kvällsmat Omelett, räkstuvning

Kvällsmat 2 Omelett, champinjonestuvning

Onsdag 3 Apr

Kvällsmat Grillkorv, stekt potatis, vitkålssallad med morot- och majonnäs

Kvällsmat 2 Vegokorv, stekt potatis, vitkålssallad med morot- och majonnäs

Torsdag 4 Apr

Kvällsmat Lufsa, lingonsylt

Kvällsmat 2 Svampfrestelse, bönragu

Fredag 5 Apr

Kvällsmat Italiensk pastasås med strimlad karré, pasta

Kvällsmat 2 Italiensk pastasås med bönor, lök, paprika & tomat, pasta

Lördag 6 Apr

Kvällsmat Potatisgratäng med strimlat rökt kött

Kvällsmat 2 Potatisgratäng med vegofärs och linser

Söndag 7 Apr

Kvällsmat Köttfärspaj, sallad, Rhode Islandsås

Kvällsmat 2 Quornfärspaj, sallad Rhode Island sås



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 15

Måndag 8 Apr

- Kvällsmat** Skaldjurssoppa, ostsmörgås
Kvällsmat 2 Ost- och morotssoppa, ostsmörgås

Tisdag 9 Apr

- Kvällsmat** Broccoli- och blomkålsgratäng med skinka och potatis
Kvällsmat 2 Broccoli- och blomkålsgratäng med potatis och vegobitar

Onsdag 10 Apr

- Kvällsmat** Risgrynspudding, saftsås, banan
Kvällsmat 2 Risgrynspudding, saftsås, banan

Torsdag 11 Apr

- Kvällsmat** Stekt potatis, ägg, prinskorv
Kvällsmat 2 Stekt potatis, ägg, vegoprins

Fredag 12 Apr

- Kvällsmat** Skinkfrestelse
Kvällsmat 2 Svampfrestelse med veggstrimlor

Lördag 13 Apr

- Kvällsmat** Rostade rotfrukter med rosmarin- och korvbitar, dragon- och senapscrème
Kvällsmat 2 Rostade rotfrukter med rosmarin- och Quorn bitar, dragon- och senapscrème

Söndag 14 Apr

- Kvällsmat** Potatisbullar, bacon och lingonsylt
Kvällsmat 2 Potatisbullar, stekta veggie strimlor, tomat- och bön salsa



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 16

Måndag 15 Apr

- Kvällsmat** Potatis- och purjolökssoppa med linser, smörgås med köttpålägg
Kvällsmat 2 Potatis- och purjolökssoppa med linser, ostsmörgås

Tisdag 16 Apr

- Kvällsmat** Kalvsylta, stekt potatis, rödbets sallad
Kvällsmat 2 Quinoabiff, stekt potatis, rödbets sallad

Onsdag 17 Apr

- Kvällsmat** Stuvad spenat, ägghalvor, potatis, prinskorv
Kvällsmat 2 Stuvad spenat, ägghalvor, potatis, vegoprins

Torsdag 18 Apr

- Kvällsmat** Skinkfrestelse med purjolök- och ananas, bakad tomat
Kvällsmat 2 Vegetarisk moussaka, bakad tomat

Fredag 19 Apr

- Kvällsmat** Pastagrätäng med kycklingfärs, zucchini, saltorkad tomat och paprika, sallad
Kvällsmat 2 Pastagrätäng med vegofärs, zucchini, saltorkad tomat och paprika, sallad

Lördag 20 Apr

- Kvällsmat** Kycklingpytt, kall örtsås
Kvällsmat 2 Pytt i panna vegetarisk, kall örtsås

Söndag 21 Apr

- Kvällsmat** Fläskpannkaka, rårivna morötter, lingonsylt
Kvällsmat 2 Ugnspannkaka, rårivna morötter, lingonsylt



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 17

Måndag 22 Apr

Kvällsmat Rotfruktssoppa, smörgås med ost

Kvällsmat 2 Rotfruktssoppa, smörgås med ost

Tisdag 23 Apr

Kvällsmat Korvgryta med bratwurst, curry, purjolök, paprika- och majs, ris

Kvällsmat 2 Gryta med vegobitar, curry, purjolök, paprika- och majs, ris

Onsdag 24 Apr

Kvällsmat Makaronipudding, smält smör, tomat

Kvällsmat 2 Makaronipudding med tomat- och bönblandning, smält smör

Torsdag 25 Apr

Kvällsmat Äggröra, stekt potatis, prinskorv

Kvällsmat 2 Äggröra, stekt potatis, prinjekorv

Fredag 26 Apr

Kvällsmat Ost och skinkpaj, sallad, Rhode Islandsås

Kvällsmat 2 Ostpaj, sallad, Rhode Islandsås

Lördag 27 Apr

Kvällsmat Blomkålsgratäng med bacon, stekt potatis

Kvällsmat 2 Blomkålsgratäng med kikärter, stekt potatis

Söndag 28 Apr

Kvällsmat Pannkakor, sylt, smörgås med köttpålägg

Kvällsmat 2 Pannkakor, sylt, smörgås med ost



KALMAR

Äldreomsorgen Kalmar kommun

Vecka 18

Måndag 29 Apr

Kvällsmat Stekta delikatess kroppkakor, lingonsylt

Kvällsmat 2 Vegetariska kroppkakor, lingonsylt

Tisdag 30 Apr

Kvällsmat Smörgåstårta, cider

Kvällsmat 2 Smörgåstårta vegetarisk, cider

Onsdag 1 Maj

Kvällsmat Mannagrynspudding, saftsås, banan

Kvällsmat 2 Mannagrynspudding, saftsås, banan

Torsdag 2 Maj

Kvällsmat Kallskuren karré, potatissallad

Kvällsmat 2 Quinoabiff, potatissallad

Fredag 3 Maj

Kvällsmat Omelett, champinjonstuvning, köttbullar

Kvällsmat 2 Omelett, svampstuvning, falafel

Lördag 4 Maj

Kvällsmat Janssons frestelse, ägghalvor

Kvällsmat 2 Jansson frestelse på vegetariskt vis, ägghalvor

Söndag 5 Maj

Kvällsmat Raggmunkar, bacon, lingonsylt

Kvällsmat 2 Raggmunkar, stekta veggstrimlor, gräddfil